

ちからさん

☆ 新体力テスト 終わる ☆

梅雨の時期になり、寒暖の差等により風邪をひいている子供が学校でも見られます。運動・食事・睡眠のバランスのよい生活を心がけることが大切です。

さて、今年度も新体力テストが終わりました。結果をお知らせいたします。

【 男子の結果 】 ○…県平均を上回っている ×…県平均を下回っている

種目	記録	1年	2年	3年	4年	5年	6年
握力 (kg)	H26県平均	9.32	10.95	12.72	14.50	16.66	19.44
	H27南小平均	10.36	15.79	14.00	16.00	21.57	20.46
	県との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H26県平均	12.17	15.06	17.34	19.39	21.41	23.31
	H27南小平均	11.00	18.00	17.29	19.50	22.14	25.08
	県との比較	×	○	×	○	○	○
長座体前屈 (cm)	H26県平均	26.54	28.09	29.97	31.68	34.11	36.20
	H27南小平均	22.18	28.57	31.29	36.59	34.29	32.77
	県との比較	×	○	○	○	○	×
反復横とび (点)	H26県平均	28.41	32.25	36.50	40.69	44.46	47.34
	H27南小平均	31.82	36.14	41.53	43.14	47.79	51.38
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H26県平均	21.21	31.20	40.45	49.36	57.96	66.08
	H27南小平均	20.09	37.64	48.24	54.82	61.93	71.46
	県との比較	×	○	○	○	○	○
50m走 (秒)	H26県平均	11"51	10"68	10"11	9"68	9"28	8"88
	H27南小平均	11"45	9"93	9"91	9"74	9"11	8"59
	県との比較	○	○	○	×	○	○
立ち幅とび (cm)	H26県平均	116.27	128.30	138.59	147.62	156.94	167.01
	H27南小平均	110.55	129.57	136.24	138.55	158.93	155.08
	県との比較	×	○	×	×	○	×
ボール投げ (m)	H26県平均	8.37	11.55	15.06	18.67	22.20	25.68
	H27南小平均	8.82	13.93	18.71	17.18	25.00	24.15
	県との比較	○	○	○	×	○	×

【 女子の結果 】 ○…県平均を上回っている ×…県平均を下回っている

種 目	記 録	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
握 力 (kg)	H26 県平均	8.82	10.42	12.08	13.84	16.29	19.31
	H27南小平均	10.00	14.25	11.73	15.72	18.74	22.41
	県との比較	○	○	×	○	○	○
上体起こし (回)	H26 県平均	11.66	14.45	16.74	18.55	20.31	21.63
	H27南小平均	16.08	17.88	20.18	20.39	21.47	23.24
	県との比較	○	○	○	○	○	○
長座体前屈 (cm)	H26 県平均	29.03	31.20	33.51	35.75	38.81	41.69
	H27南小平均	27.83	32.38	34.50	37.94	37.26	39.71
	県との比較	×	○	○	○	×	×
反復横とび (点)	H26 県平均	27.03	30.64	34.74	38.66	42.27	44.60
	H27南小平均	30.17	34.13	41.64	42.50	44.79	50.12
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H26 県平均	18.17	25.02	31.67	39.18	47.32	53.49
	H27南小平均	18.33	31.13	38.05	48.22	54.63	60.24
	県との比較	○	○	○	○	○	○
50m走 (秒)	H26 県平均	11"81	10"98	10"40	9"95	9"51	9"14
	H27南小平均	11"48	10"35	10"28	9"93	9"27	8"96
	県との比較	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび (cm)	H26 県平均	108.82	121.15	131.82	141.28	151.22	159.36
	H27南小平均	111.75	121.81	126.77	136.39	154.11	155.82
	県との比較	○	○	×	×	○	×
ボール投げ (m)	H26 県平均	5.85	7.65	9.69	11.69	13.94	15.95
	H27南小平均	6.83	7.50	11.05	13.22	16.68	20.29
	県との比較	○	×	○	○	○	○

<新体力テストの結果の考察>

96項目中76項目が県平均を上回った(79.17%)。(男子48項目中36項目(75%)、女子48項目中40項目(83.33%))。昨年度(75%)と比較すると4項目上回る結果となった。児童の体力は確実に向上している。県と比較して、本校の児童の体力は優位にあると考えられる。昨年度の課題であった「50m走」については、昨年度の7項目に対して今年度は11項目が県平均を上回った。全力走を取り入れた成果と考えられる。また、「立ち幅とび」については、昨年度の6項目に対して今年度は1項目減の5項目という結果となった。

課題は、「立ち幅とび」・「長座体前屈」である。取組として、跳ぶ機会(縄跳び(短縄・長縄)・川跳び等)を増やしたり、柔軟性を高めるためのストレッチをしたりして、体育の授業を中心に家庭とも連携をとりながら体力の向上を図っていく必要がある。また、業間運動(ランタイム・チャレンジタイム)・体育教室などを計画的に実施し、バランスよく全体の体力を高めていくことを目指したい。家庭でも、夏休みの前に配付される体力プロフィールを参考に、お子さんの苦手な分野の数値が上げられるよう工夫して取り組んでいただくとありがたいです。ご協力お願いいたします。