

# 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ども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)	H28県平均	9.34	10.94	12.71	14.51	16.57	19.36
	<b>H29南小平均</b>	<b>14.13</b>	<b>17.50</b>	<b>18.10</b>	<b>19.57</b>	<b>23.18</b>	<b>24.67</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H28県平均	12.40	15.53	17.70	19.64	21.60	23.61
	<b>H29南小平均</b>	<b>15.87</b>	<b>17.67</b>	<b>19.00</b>	<b>21.86</b>	<b>23.06</b>	<b>23.25</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	×
長座体前屈 (cm)	H28県平均	26.63	28.44	30.23	32.11	34.66	36.93
	<b>H29南小平均</b>	<b>28.60</b>	<b>31.33</b>	<b>30.80</b>	<b>32.14</b>	<b>40.29</b>	<b>32.70</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	×
反復横とび (点)	H28県平均	28.59	32.87	36.70	40.88	44.62	47.54
	<b>H29南小平均</b>	<b>31.00</b>	<b>34.56</b>	<b>45.10</b>	<b>43.07</b>	<b>46.82</b>	<b>50.15</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H28県平均	22.10	31.69	41.07	49.98	57.79	65.57
	<b>H29南小平均</b>	<b>28.27</b>	<b>40.22</b>	<b>46.80</b>	<b>56.43</b>	<b>71.24</b>	<b>72.15</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
50m走 (秒)	H28県平均	11"46	10"64	10"08	9"66	9"28	8"85
	<b>H29南小平均</b>	<b>11"05</b>	<b>10"48</b>	<b>9"64</b>	<b>9"00</b>	<b>8"68</b>	<b>8"66</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび (cm)	H28県平均	116.73	128.48	138.76	147.58	156.45	166.81
	<b>H29南小平均</b>	<b>117.53</b>	<b>129.00</b>	<b>142.20</b>	<b>143.36</b>	<b>158.71</b>	<b>157.30</b>
	県との比較	○	○	○	×	○	×
ボール投げ (m)	H28県平均	8.28	11.36	14.82	18.32	21.55	25.05
	<b>H29南小平均</b>	<b>8.93</b>	<b>12.72</b>	<b>14.90</b>	<b>20.14</b>	<b>27.71</b>	<b>23.65</b>
	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)	H28県平均	8.84	10.37	12.09	13.93	16.46	19.35
	<b>H29南小平均</b>	<b>14.18</b>	<b>16.47</b>	<b>18.56</b>	<b>18.06</b>	<b>21.14</b>	<b>25.78</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H28県平均	11.95	14.95	17.11	18.96	20.78	22.24
	<b>H29南小平均</b>	<b>13.41</b>	<b>17.88</b>	<b>22.00</b>	<b>17.76</b>	<b>23.59</b>	<b>24.89</b>
	県との比較	○	○	○	×	○	○
長座体前屈 (cm)	H28県平均	29.14	31.56	33.73	36.19	39.32	42.45
	<b>H29南小平均</b>	<b>30.88</b>	<b>34.82</b>	<b>32.33</b>	<b>33.59</b>	<b>43.73</b>	<b>39.33</b>
	県との比較	○	○	×	×	○	×
反復横とび (点)	H28県平均	27.20	31.39	35.11	39.05	42.81	45.21
	<b>H29南小平均</b>	<b>30.29</b>	<b>36.76</b>	<b>40.33</b>	<b>41.29</b>	<b>44.14</b>	<b>48.39</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H28県平均	19.16	25.71	32.48	40.14	48.16	54.25
	<b>H29南小平均</b>	<b>24.29</b>	<b>32.18</b>	<b>44.44</b>	<b>48.59</b>	<b>55.73</b>	<b>59.50</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
50m走 (秒)	H28県平均	11"75	10"94	10"37	9"92	9"49	9"08
	<b>H29南小平均</b>	<b>11"07</b>	<b>10"55</b>	<b>9"64</b>	<b>9"56</b>	<b>9"20</b>	<b>8"58</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび (cm)	H28県平均	109.69	121.26	131.92	141.88	152.04	160.32
	<b>H29南小平均</b>	<b>120.53</b>	<b>125.53</b>	<b>137.33</b>	<b>134.65</b>	<b>154.64</b>	<b>164.11</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○
ボール投げ (m)	H28県平均	5.90	7.70	9.74	11.73	14.01	15.93
	<b>H29南小平均</b>	<b>7.00</b>	<b>9.76</b>	<b>11.11</b>	<b>12.35</b>	<b>15.77</b>	<b>16.56</b>
	県との比較	○	○	○	○	○	○

<新体力テストの結果の考察>

96項目中87項目が県平均を上回りました (**90.63%**)。 (男子48項目中43項目 (**89.6%**)、女子48項目中44項目 (**91.67%**)。 昨年度 (**89.63%**) と比較すると**1項目上回る結果**となりました。 児童の体力は確実に向上しています。 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ます。 昨年度の課題であった「立ち幅とび」については、昨年度の7項目に対して、今年度は**10項目が県平均を上回りました**。 昨年度に引き続き、業間運動等で跳ぶ機会を増やしたことや、場の工夫 (体育館での実施) を行った成果と考えられます。

課題は、「長座体前屈」です。 取組としては、柔軟運動 (首周り・肩周り・腰・腕・肘) を増やし、体育の授業を中心にご家庭とも連携を図りながら体力の向上に取り組んでいく必要があると考えます。 また、業間運動 (ランタイム・チャレンジタイム) ・体育教室等を計画的に実施し、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と思います。 ご家庭でも、夏休みの前に配布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けるとありがたいです。 ご協力お願いいたします。