

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)	H29県平均	9.34	11.00	12.79	14.59	16.62	19.39
	H30南小平均	13.39	16.37	17.83	17.70	21.21	25.44
	県との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H29県平均	12.64	15.85	18.08	20.10	21.99	23.68
	H30南小平均	13.17	18.90	19.83	20.50	23.36	25.50
	県との比較	○	○	○	○	○	○
長座体前屈 (cm)	H29県平均	26.75	28.92	30.80	32.43	34.70	37.05
	H30南小平均	27.61	33.30	31.17	30.30	37.64	35.63
	県との比較	○	○	○	×	○	×
反復横とび (点)	H29県平均	28.68	32.78	36.91	41.12	44.73	47.72
	H30南小平均	34.50	36.10	39.94	47.70	50.79	52.15
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H29県平均	22.66	32.74	41.40	50.21	58.10	65.85
	H30南小平均	15.78	52.80	46.56	53.80	60.43	74.53
	県との比較	○	○	○	○	○	○
50m走 (秒)	H29県平均	11"47	10"63	10"08	9"65	9"26	8"87
	H30南小平均	11"61	10"44	10"12	9"83	9"18	8"40
	県との比較	×	○	×	×	○	○
立ち幅とび (cm)	H29県平均	116.58	128.46	139.23	148.07	157.25	167.35
	H30南小平均	114.78	138.00	136.17	140.00	157.71	164.19
	県との比較	×	○	×	×	○	×
ボール投げ (m)	H29県平均	8.33	11.35	14.74	18.26	21.65	24.70
	H30南小平均	7.61	11.97	13.72	17.50	23.36	28.13
	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)	H29県平均	8.83	10.45	12.13	13.98	16.43	19.42
	H30南小平均	13.23	15.91	17.32	18.94	20.97	24.12
	県との比較	○	○	○	○	○	○
上体起こし (回)	H29県平均	12.09	15.26	17.35	19.37	21.13	22.41
	H30南小平均	16.86	17.68	20.13	23.83	22.85	26.12
	県との比較	○	○	○	○	○	○
長座体前屈 (cm)	H29県平均	29.29	31.84	34.30	36.45	39.44	42.45
	H30南小平均	30.68	48.97	36.85	36.94	42.26	39.80
	県との比較	○	○	○	○	○	×
反復横とび (点)	H29県平均	27.43	31.25	35.17	39.23	42.86	45.48
	H30南小平均	34.14	36.74	41.75	45.39	47.32	51.45
	県との比較	○	○	○	○	○	○
20m シャトルラン (回)	H29県平均	19.68	26.61	33.03	40.43	48.20	54.92
	H30南小平均	25.64	37.65	42.56	49.11	59.06	57.10
	県との比較	○	○	○	○	○	○
50m走 (秒)	H29県平均	11"78	10"92	10"37	9"92	9"49	9"09
	H30南小平均	11"47	10"40	10"28	9"56	9"17	8"79
	県との比較	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび (cm)	H29県平均	109.45	121.42	132.64	142.32	152.01	161.32
	H30南小平均	116.55	125.82	134.81	147.56	154.94	159.75
	県との比較	○	○	○	○	○	×
ボール投げ (m)	H29県平均	5.89	7.75	9.71	11.80	13.98	16.03
	H30南小平均	6.86	10.38	10.50	12.28	15.32	16.40
	県との比較	○	○	○	○	○	○

<新体力テストの結果の考察>

96項目中82項目が県平均を上回りました(85.47%)。(男子48項目中36項目(75%)、女子48項目中46項目(95.83%))。昨年度(90.63%)と比較すると5項目下回る結果となりました。児童の体力は低下傾向にあります。しかし、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「長座体前屈」については、昨年度の8項目に対して、今年度は9項目が県平均を上回りました。昨年度に引き続き、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だ結果と考えられます。

課題は、「立ち幅跳び」です。取組としては、業間運動等で跳ぶ機会を増やし、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っております。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。