

# 豊畑和進

平成30年10月31日 No. 14

## 体力テストを行いました！！

先日、『体力テスト』を実施しました。体力テストは、児童の体力や運動能力を確認し、今後の体育指導等に活かすために実施します。毎年2月に実施する『千葉県標準学力検査』の運動版というものです。

現在、文部科学省が定めている種目は、下表の右側です。

1998（平成10）年度まで	1999（平成11）年度から
<b>1 運動能力テスト</b> ①50m走 ②走り幅跳び ③ソフトボール投げ ④斜め懸垂 ⑤ジグザグドリブル ⑥連続逆上がり	①50m走 (走力) ②立ち幅跳び (跳躍力) ③ソフトボール投げ (投力) ④20mシャトルラン (全身持久力) ⑤反復横跳び (敏捷性) ⑥握力 (筋力) ⑦上体起こし (筋持久力) ⑧長座体前屈 (柔軟性)
<b>2 体力診断テスト</b> ①反復横跳び ②垂直跳び ③背筋力 ④握力 ⑤上体そらし ⑥立位体前屈 ⑦踏み台昇降	

ところで、最近の子どもたちの運動能力・体力は、どうなのでしょう？

最も低下が著しいと言われている、ソフトボール投げの結果です。一番右の記録は、本校6年生の昨年度（5年生時）の記録です。2017年度の下段は、国・県の記録を表します。

【ソフトボール（1号ボール）投げの記録推移（抜粋）】

年 度	1981年度	2003年度	2017年度
男 子			<b>22.42m</b>
国／県	33m	31m	22.53m / 21.24m
女 子			<b>13.69m</b>
国／県	21m	18m	13.94m / 13.37m

男女とも、国の平均記録を下回っています。さらに、36年前との比較では、男子では約10.6m、女子では約7.3m記録が下がっています。

## 豊畑小学校では

- ①4年生以上（3年生も1月から実施予定）の希望者に、『朝の体力づくり』を実施しています。
- ②業間（2時間目と3時間目の間）と昼休みを長めに設定し、天気の良い日は外で十分に遊べるようにしています。今の時期は、業間マラソンをしています。
- ③ターゲットボードを使い、投げ方を練習しています。

① 10月30日 朝の活動



② 10月30日 業間



③ ターゲットボード



**読書賞受賞者紹介** (10月26日 15時00分まで)

6年生	19名	23枚	5年生	3名	5枚
4年生	1名	1枚	2年生	7名	12枚
1年生	11名	19枚			