

七塚体育便り

第10号

令和4年 1月 7日 (金)
七塚小学校 体育担当

あけましておめでとうございます。子ども達は約2週間の冬休みを終え、個々に充実した表情で登校してきました。

今回は、4年生から6年生の児童が行った体力テストの結果について伝えていきたいと思います。3学期は、来年度につながるよう、体力テストで見られた課題をもとに、体力向上に向けた取り組みを充実させていきたいと思います。



◎本校と県との比較

	4年男子			5年男子			6年男子		
	R3年度	R1年度	指数	R3年度	R1年度	指数	R3年度	R1年度	指数
	七塚平均	県平均	県を50	七塚平均	県平均	県を50	七塚平均	県平均	県を50
握力 (kg)	13.90	14.70	<u>47.3</u>	18.10	16.84	53.7	20.19	19.98	50.5
上体起こし (回)	20.45	18.22	56.1	20.71	20.65	50.1	20.00	22.54	<u>44.4</u>
長座体前屈 (cm)	37.20	32.50	57.2	37.57	34.83	53.9	42.76	37.04	57.7
反復横とび (点)	43.55	40.09	54.3	44.43	44.90	<u>49.5</u>	51.48	48.16	53.4
シャトルラン (回)	52.95	47.46	55.8	52.43	56.69	<u>46.2</u>	60.00	65.34	<u>45.9</u>
50m走 (秒)	9.48	9.67	51.0	9.11	9.27	50.9	9.06	8.85	<u>48.9</u>
立ち幅とび (cm)	150.10	146.93	51.1	156.71	155.58	50.4	161.29	165.96	<u>48.6</u>
ボール投げ (m)	23.80	19.23	61.9	20.86	22.67	<u>46.0</u>	26.50	26.10	50.8

	4年女子			5年女子			6年女子		
	R3年度	R1年度	指数	R3年度	R1年度	指数	R3年度	R1年度	指数
	七塚平均	県平均	県を50	七塚平均	県平均	県を50	七塚平均	県平均	県を50
握力 (kg)	14.22	13.87	51.2	15.30	16.44	<u>46.5</u>	20.11	19.54	51.4
上体起こし (回)	19.35	17.16	56.4	17.15	19.49	<u>44.0</u>	23.78	20.95	56.7
長座体前屈 (cm)	44.00	36.36	60.5	41.05	39.00	52.6	51.11	41.68	61.3
反復横とび (点)	46.52	38.54	60.4	41.45	43.10	<u>48.1</u>	49.32	45.47	54.2
シャトルラン (回)	52.32	37.44	69.9	40.70	45.99	<u>44.3</u>	52.11	51.71	50.4
50m走 (秒)	9.45	9.97	52.7	9.62	9.51	<u>49.4</u>	8.66	9.17	52.9
立ち幅とび (cm)	150.04	140.94	53.2	140.90	150.07	<u>46.9</u>	162.00	158.08	51.2
ボール投げ (m)	14.48	12.22	59.3	14.50	14.61	<u>49.6</u>	17.00	16.39	51.9

※県と比較した指数が50よりも低い箇所は下線、5ポイント以上高い箇所は太字で表しています。

今年度の結果から

◎長座体前屈は、昨年度から引き続き、全て県平均よりも高い。

○4年、6年女子は全ての項目において、県平均よりも高い。

△ボール投げは、昨年度全て県平均よりも高かったが、今年度は5年男女が平均より下回った。しかし、4年男女は県平均より10ポイント前後上回る結果だった。

▲シャトルランは、4年男女、6年女子は県平均よりも高かったが、5、6年男子は県平均よりも4ポイント程度下回る結果だった。高学年児童の持久力の低下が進んでいる。

まず、なわとび運動を継続的に行っていくことで、持久力アップにつなげていきたいと思っています。