

落合第三小学校 体力向上に関する取り組みについて

学校保健委員会資料

1. 年間を通しての体力向上に関する取り組み

- ・運動会
- ・体力テスト
- ・水泳（夏季水泳・開放プール）
- ・体育朝会
- ・落三ギネス
- ・長縄集会
- ・マラソンタイム
- ・持久走大会

2. 30年度の体力テストの結果から（一つ下の学年が今の学年です。）

①30年度の落三小男子の傾向

- ・1、2、3、4、6年生・・・握力が全国平均、東京都平均より低い。
- ・1～6年生・・・合計得点は全国平均、東京都平均より高い。また50m走も全国平均、東京都平均より高い。

②30年度の落三小女子の傾向

- ・1～6年生・・・握力・ソフトボール投げが全国平均、東京都平均より低い。
- ・1、2年生・・・長座体前屈が全国平均、東京都平均より高い。
- ・3年生・・・50m走・立ち幅跳びが全国平均、東京都平均より高い。
- ・4年生・・・長座体前屈が全国平均、東京都平均より高い。
- ・5年生・・・反復横跳びが全国平均、東京都平均より高い。
- ・6年生・・・50m走・長座体前屈が全国平均、東京都平均より高い。

③全体を通して

- ・男子も女子も握力が全学年で低い。固定遊具（うんていや鉄棒、登り棒など）を使った運動や、タオル絞りなどの握る動きを多く取り入れるとよい。
- ・今年度も体力テストの結果を振り返り、来年度への目標を立てていく。今年度の結果を受けて、来年度へ向けた学校全体や各学年の体力向上の取組を計画していく。

3. 親子でできる運動遊びについて

本格的な運動でなく、運動につながる感覚づくりというのも大切です。運動遊びを通して、親子の関わり合いが増えるといいです。そういった経験が、よりよい「豊かなスポーツライフ」につながります。

4. オリンピック・パラリンピック関連の体育用具について

東京オリンピック・パラリンピックにむけて、学校では「ろく木クライミング」や簡易な「スラックライン」が新しく入りました。児童にも紹介し、授業などで活用できるようにしていきます。

