

【コツコツと きたえた体は たからもの】

年末年始と様々なスポーツの大会が開かれていました。高校サッカー・ラグビー・バスケットボール、バレーボール、ニューイヤー駅伝、箱根駅伝など見てるとどれも熱くなります。また試合に出るまでのストーリーや当日の感動秘話などスポーツのすばらしさを改めて感じます。

さて、昨年5月に行った新体力テスト（コロナ禍で3年ぶりのテスト）の結果が出ましたので、お知らせします。

【R4 新体力テスト 本校と県平均の比較 ◎県平均を上回ったもの ▲印県平均を下回ったもの
☆男 子（県平均以上 15項目/48項目）

| 項 目 | | 1 年 | 2 年 | 3 年 | 4 年 | 5 年 | 6 年 |
|------------|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 握力 (kg) | 本 校 | 8.88▲ | 8.7▲ | 12.28▲ | 14.91◎ | 17.6◎ | 18.83▲ |
| | 県平均 | 9.06 | 10.65 | 12.40 | 14.23 | 16.28 | 19.17 |
| 上体起こし (回) | 本 校 | 13.83◎ | 15.5◎ | 16.88▲ | 18.71▲ | 23.37◎ | 20.92▲ |
| | 県平均 | 12.31 | 14.94 | 17.30 | 19.16 | 20.89 | 22.69 |
| 長座体前屈 (cm) | 本 校 | 24.98▲ | 29.17◎ | 31.17◎ | 34.09◎ | 29.98▲ | 41.42◎ |
| | 県平均 | 27.18 | 28.84 | 30.91 | 32.65 | 35.00 | 37.34 |
| 反復横とび (回) | 本 校 | 28.67◎ | 34.03◎ | 28.28▲ | 38.29▲ | 46.44◎ | 43.67▲ |
| | 県平均 | 28.06 | 31.52 | 35.12 | 39.15 | 42.80 | 46.13 |
| シャトルラン (回) | 本 校 | 26.75◎ | 27.07▲ | 37.54▲ | 41.45▲ | 56.81◎ | 51.50▲ |
| | 県平均 | 22.13 | 30.09 | 37.74 | 45.29 | 52.17 | 59.76 |
| 50m走 (秒) | 本 校 | 11.62▲ | 11.00▲ | 10.47▲ | 9.72▲ | 9.38▲ | 9.42▲ |
| | 県平均 | 11.50 | 10.68 | 10.14 | 9.71 | 9.34 | 8.91 |
| 立ち幅跳び (cm) | 本 校 | 115.5▲ | 121.3▲ | 133.6▲ | 141.1▲ | 153.4▲ | 155.5▲ |
| | 県平均 | 116.9 | 127.5 | 137.6 | 146.2 | 155.2 | 166.3 |
| ボール投げ (m) | 本 校 | 8.88◎ | 10.03▲ | 12.8▲ | 15.71▲ | 19.53▲ | 20.75▲ |
| | 県平均 | 7.87 | 10.61 | 13.49 | 16.6 | 19.78 | 23.01 |

☆女 子（県平均以上 26項目/48項目）

| 項 目 | | 1 年 | 2 年 | 3 年 | 4 年 | 5 年 | 6 年 |
|------------|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 握力 (kg) | 本 校 | 8.50▲ | 8.15▲ | 12.57◎ | 14.58◎ | 18.30◎ | 19.81◎ |
| | 県平均 | 8.67 | 10.17 | 11.9 | 13.84 | 16.29 | 19.12 |
| 上体起こし (回) | 本 校 | 12.85◎ | 17.2◎ | 16.28▲ | 19.33◎ | 21.20◎ | 21.56◎ |
| | 県平均 | 12.14 | 14.61 | 16.84 | 18.69 | 20.19 | 21.35 |
| 長座体前屈 (cm) | 本 校 | 28.24▲ | 33.11◎ | 35.83◎ | 38.67◎ | 37.60▲ | 45.5◎ |
| | 県平均 | 29.64 | 31.81 | 34.52 | 36.86 | 39.89 | 42.62 |
| 反復横とび (回) | 本 校 | 28.67◎ | 34.24◎ | 28.35▲ | 39.0◎ | 40.8▲ | 41.38▲ |
| | 県平均 | 26.98 | 30.28 | 33.47 | 37.26 | 41.09 | 43.86 |
| シャトルラン (回) | 本 校 | 21.0◎ | 23.17▲ | 32.48◎ | 34.63▲ | 41.4▲ | 43.09▲ |
| | 県平均 | 18.99 | 24.9 | 30.53 | 36.89 | 43.79 | 48.86 |
| 50m走 (秒) | 本 校 | 11.65◎ | 11.13▲ | 10.62▲ | 9.91◎ | 9.52◎ | 9.10◎ |
| | 県平均 | 11.8 | 10.99 | 10.41 | 9.94 | 9.53 | 9.15 |
| 立ち幅跳び (cm) | 本 校 | 103.3▲ | 115.0▲ | 133.6◎ | 140.5▲ | 137.7▲ | 151.6▲ |
| | 県平均 | 109.85 | 120.35 | 131.12 | 140.66 | 150.05 | 158.23 |
| ボール投げ (m) | 本 校 | 5.72◎ | 7.11▲ | 9.69◎ | 10.75▲ | 14.69◎ | 14.75▲ |
| | 県平均 | 5.69 | 7.39 | 9.27 | 11.26 | 13.40 | 15.26 |

- 全体的に男子より女子の方が、県平均値を上回る項目が多い。
- コロナ前と比べると特にシャトルラン（持久力）の数値が低くなっていました。感染防止のため持久走や児童が接触する運動は取り組むことができませんでした。しかし、今年からはウイズコロナでの体育の授業で、昨年の課題を踏まえ、児童の体力向上に努めていきます。