



おおみなみ

笑顔あふれる 大南

～自分もよく、相手もよく、みんなもよく～



令和6年度
練馬区立大泉南小学校
校長 田村 亜紀子
令和6年 9月27日
Tel.03-3922-1371

体力づくりに取り組みましょう

副校長 渡邊 弘樹

猛暑だった夏も、秋になり、過ごしやすくなってきました。毎年10月を「体力づくり強調月間」として、スポーツ庁でも、国民一般に健康・体力づくりを呼びかけています。

6月に実施した「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査（体力テスト）」の結果がまとまりました。今年度から都のシステム「東京 Alpha」を活用することになりました。タブレットでお子様の個票を見ることが出来ますので、ご確認をお願いします。全体としては、各学年・学級によって異なりますが、おおむね本校児童は、全国平均と比較して、上回っている傾向にある種目は、「上体起こし」「20mシャトルラン」「ソフトボール投げ」でした。全体的に持久力や瞬発力が付いていることが分かります。

一方で、全国平均にとどかない種目は「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「50m走」「立ち幅跳び」でした。本校では、全校で休み時間は外遊びを推奨しています。暑い夏は、なかなか校庭で思いっきり遊ぶ機会もありませんでしたが、10月は、学習や読書、そして運動に最適の季節です。教育活動全体を通して、これからも子供たちの体力向上に努めていきます。ぜひ、ご家庭でも目標を決めて、体力づくりに取り組んでください。

表、令和6年度 本校の「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」結果（平均値）

	握力 (Kg)	上体起こし (回/30秒)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (回/20秒)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ソフトボール投げ (m)
1年男子	8.33	11.25	21.96	25.08	20.94	11.7	112.31	7.92
1年女子	7.89	8.83	23.57	23.02	16.04	11.84	100.91	4.89
2年男子	9.73	14.61	26.23	27.36	26.87	10.88	126.05	11.38
2年女子	8.9	13.69	26.79	25.54	19.44	11.39	109.79	7.54
3年男子	11.48	13.13	29.7	30.93	29.72	10.52	129.57	13
3年女子	10.25	15.18	31.07	27.27	25.1	11.26	123.58	9.1
4年男子	11.92	18.04	28.51	32.51	39.49	9.79	137.4	17.11
4年女子	12.22	18.65	33.55	30.27	31.83	9.75	135.48	12.5
5年男子	16.34	20.41	33.82	38.75	44.71	9.44	152.29	22.95
5年女子	15.68	19.33	37.29	36.63	36	9.6	140.78	13.85
6年男子	17.41	21.16	36.04	41.29	51.27	8.95	158.24	25.31
6年女子	18.76	20.38	42.91	37.69	36.62	9.2	150.55	16.74

※ 字は、全国平均を上回った数値 □は、全国平均にとどかなかった数値

12日（土）土曜授業公開（道徳授業地区公開講座）について

公開は1校時（8:45～9:30）、2校時（9:35～10:20）です。1～3年生は1校時、4～6年生は2校時に道徳の授業を公開します。3校時は、保護者の方を対象とした講演会を体育館で行うため、授業公開はありません。

来校される方は、正門から入り、保健室前で受付を済ませてから、参観していただくようお願いします。駐輪場が狭くなっておりますので、自転車での来校はご遠慮ください。