



楽しい「体力アップ」の取組

白水台地の陽光「さん」



毎年、年度当初に体力テストを行い、本校の子どもたちの体力の現状を調べています。調査項目は、握力、上体起こし・長座体前屈（柔軟性）、反復横跳び（敏捷性）、20mシャトルラン（持久力）、50m走、立ち幅跳び（跳躍力）、ボール投げです。その結果を、県との比較で見た場合に、女子は、平均値がほとんどの項目で上回っていましたが、男子は、平均値を上回っている項目が少なかったです。項目別に見た場合には、特に課題があったのが、握力、20mシャトルラン、ボール投げでした。

そこで、課題解決に向けて、体育の授業はもちろんですが、それ以外に、休み時間や始業の前の時間を活用して、体力アップに取り組んでいます。体育・縦割り班委員会が中心になって、下記のような取組を行っています。

※RAN RANタイム

- ・12月～1月の火曜日・木曜日の始業前 8:05～8:11
- ・1～3年生：運動場内側 4～6年生：運動場外側
- ・マラソンがんばりカードに運動場を走った回数を記入して、意欲の向上を図ります。

※体力アップゴーゴー

- ・体力テストで課題が見られた部分の向上を目指した運動遊びを行います。



・ぞうきんしぼり競争（握力）



・三角コーンたおし（投力）



・おにごっこ（持久力）

芋掘りを楽しみました。

馬場楠の西村さんにお世話になって栽培していたサツマイモが収穫の時期を迎え、先日、全学年で芋掘りを行いました。1つの株から5～6個の形の良いおいしいそうなお芋が沢山採れました。コンテナで21箱分もありました。6年生がきれいに洗って、鼻ぐり井手祭で販売する予定になっています。地域の方と子どもたちが一緒に育てたお芋を、是非味わってみてください。



11月行事予定

- ・1日（金）見学旅行（1～4年生）
- ・6日（水）町全員研修会
（2・5年研究授業）
- ・8日（金）いきいき集会（2年生）
- ・12日（火）町音楽会（3・4年）
- ・14日（木）避難訓練
- ・17日（日）鼻ぐり井手祭
- ・22日（金）いきいき集会（5年生）
- ・25日（月）みなみっこ集会
- ・28日（木）県学力調査