

# GET スポーツ通信

[家庭数配布]

令和6年 9月11日

尾山台小学校 体育部

上尾市立尾山台小学校 体育通信

保護者の皆様、お世話になっております。尾山台小の体育に関する記事を通信として発行することになりました。ぜひ、お読みください。

## 運動会について



昨年度からの変更点をお知らせいたします。児童が2つの競技のうち、どちらかを選択して参加する「全選択種目」を新しく行うことにしました。

その背景としまして、「子供が主役の学校」という学校経営方針に則り、児童の意見を反映した運動会にしていこうとしたためです。1学期に計画委員を中心に、4～6年生の学級で児童から意見を募りました。その結果、「団体演技・団体競技を引き続きやりたい」、「走る競技があるとよい」という意見が出ました。具体的には、「リレー」と「障害物走のような走る競技」が出されました。そして、「どちらかを選択して、全員が出られるようにしたらどうか」という意見でまとまりました。児童の意見を大切にして今年の種目を決定したところです。御理解のほど、よろしくお願いいたします。



## 運動会の練習の様子

「お玉競争って?」という児童が多かったため、体育館で実際に体験する時間を作りました。試行錯誤をしながら挑戦する子、バランス感覚を生かして巧みに行う子など、楽しそうに取り組んでいました。

リレーもお玉競争も運動会に向けて練習日を設けているため、各自選択した種目について練習をして、児童全員にとって最高の運動会になるよう支援してまいります。



# 新体力テストの結果について

6月下旬に行った新体力テストの結果が出ました。8種目の数値を得点化し、その得点をもとにA～Eの5段階で評価されます。昨年度本校は、A+B+Cの割合が74.8%でしたが、本年度は約80.7%と、学校全体としては伸びが見られました。

学年	1	2	3	4	5	6	学校全体
A	10%	16%	30%	19%	12%	14.7%	17.4%
B	30%	28%	46.7%	19%	32%	26.5%	31%
C	25%	44%	10%	33.3%	36%	44.1%	32.3%
D	5%	12%	10%	14.3%	20%	8.8%	11.6%
E	30%	0%	3.3%	14.3%	0%	5.9%	7.7%
A+B+C	65%	88%	86.7%	71.3%	80%	85.3%	80.7%
D+E	35%	12%	13.3%	28.6%	20%	14.7%	19.3%

さらに結果を細かく見てみると、課題について共通点がありました。課題のある種目は、1・2・6年生は「50m走」、3・4・5年生は「握力」、全校では「ボール投げ」となりました。運動は習慣化していくことが大切です。日々体を動かすことを続けるよう声をかけ、体力向上につなげてまいります。

ご家庭でも、取り組めるものを紹介します。ぜひ、ご家族で実践してみてください。

～こんな運動で体力UP～

【握力】

☆グーパー運動 ☆肩もみ ☆ぞうきんしぼり ☆重い物を持ち上げる。  
☆ろくぼくを上ったり、鉄棒で懸垂をしたりする。

【50m走】

☆おにごっこ ☆もも上げ ☆大また走



## ボール投げの向上のために

ボール投げの向上のために、体育の慣れの運動で、「靴下ボール」・「ドッジラリー」を行うことにしました。9月中は運動会に向けての練習を行うため、10月以降に実施していきます。

【ドッジラリー】



また、自身の伸びが分かるように、Let's throw balls (ボール投げ大会) を10月に計画しています。下記の目標数値を超えた場合は、賞状を配付します。多くの児童にチャレンジしてほしいと思います。

1年生男子： 7m 女子： 6m      2年生男子： 11m 女子： 9m  
3年生男子： 18m 女子： 10m      4年生男子： 18m 女子： 11m  
5年生男子： 23m 女子： 14m      6年生男子： 28m 女子： 15m