

平成 29 年度 体カテスト 結果

■ 20mシャトルラン

男子は平均を超えており、女子はほぼ平均レベルでした。1月からの体カづくりタイムでは、持久走を行いました。その成果が結果として表れていると考えられるため、持久走の取り組みを継続して行っていきます。

■ 反復横跳び

男女ともに全国平均を大きく下回っていました。反復横跳びは俊敏性をみるものであるため、俊敏性を向上させていくために、4月から12月には短縄と長縄を体カづくりタイムに取り入れます。短縄では、一定の時間で多くの前跳びができるように取り組んでいきます。また、長縄では、一定の時間内でより多くの回数を跳ぶことができるように指導していきます。体カづくりタイムの中で、低・中・高学年ごとに跳ぶ回数を競い合うなど、全校として俊敏性の向上を目指していきます。

全体的に全国や横浜市の平均を下回っている種目が多くありますが、この結果を指導に積極的に生かし、体カづくりタイムや体育の授業における指導の充実を図っていきます。また、学校保健委員会でも引き続き体力の向上テーマに据えるなど、全校で体力の向上に向けて取り組んでいきます。

