



学校だより

勿来二小

平成28年9月20日（火）

第58号

いわき市立勿来第二小学校

子どもたちの体力は？（体力テスト）



体力・運動能力を見る検査「体力テスト」が先週の木曜日から始まりました。本校では、3年～6年生が実施しました。検査の項目は、下記のとおりです。
種目（わかる運動特性）

体力：握力（筋力）、上体おこし（筋力・筋持久力）、長座体前屈（柔軟性）、反復横跳び（敏捷性）

運動能力：50m走（走力・スピード）、20mシャトルラン（走力・全身持久力）
立ち幅跳び（跳躍力・瞬発力）、ボール投げ（投力・巧緻性・瞬発力）

金曜日、2・3校時が3・4年生が校庭でボール投げ・50m走。4校時が5・6年生が中

学年と同じ種目。5校時は、6年生が立ち幅跳びと反復横跳びを実施しました。

写真左上は、50m走。さすが6年生迫力満点の走りでした。右上は、5年女子のボール投げ、なかなかのフォームです。記録も23mグッドです。続いて左下は、体育館で実施した立ち幅跳び、まるで翼を大きく広げた鷹のような大ジャンプでした。右下は、3本の線を順にまたぐ反復横跳び。二人組で励ましあ合うその姿。プラスαの力が発揮できたようです。

結果は、10月中には、わかると思いますので、その後の指導に役立てていきます。

（3・4年生の様子も紹介したかったのですがカメラにカードがはいっていなかったのです。申し訳ありませんでした。）