

5月27日（水）

新体力テスト

6年生、5年生、4年生で、体力テストを行いました。

種目 「20mシャトルラン」「長座体前屈」「反復横とび」「上体起こし」
「立ち幅跳び」（50m走、ソフトボール投、握力は各クラスで行います。）

20mシャトルランは、持久力を試され、体力的にも精神的にもきつい種目ですが、子どもたちは持てる力を精一杯出し切って頑張ることができました。





今後は体力テストの結果から分析を行い、「体力向上アクションプラン」を作成していきます。

普段の生活でも、歩いたり、軽い運動をしたりして、体力の向上に努めていきたいところです。