

子供ど真ん中の学校

～かがやく海が見える丘より～

令和7年5月7日
長崎市立畝刈小学校
学校だより NO. 20
校長 田中 成年

＜子供ど真ん中教育＞

～体力テスト～

毎年運動会前に体力テストを行っています。20mシャトルランやソフトボール投げ、長座体前屈、握力、立ち幅跳び、反復横跳びなどを測定します。



＜長座体前屈＞



＜立ち幅跳び＞



＜握力＞



＜20mシャトルラン＞



＜ソフトボール投げ＞

畝刈小学校では、体育科で計画的に種目に合った体づくりの運動を取り入れた学習を進めています。休み時間には毎日外遊びをして体を動かしている子供たちもいます。体力テストでの主な課題は「柔軟性」や「ボール投げ」「持久力」です。昔に比べて全国的に子供たちの体力・運動能力は低下傾向にあります。この課題を解決していくためにも、徒歩登校や早寝・早起き・朝ごはん、外遊び、バランスの良い食事を取ることで、食と運動、睡眠のバランスを良くすることが必要となります。

記録を伸ばすことが目的ではなく、子供たちの健やかなる成長のために、今できることを家庭と学校で協力しながら進めてまいりましょう。