



坂戸市立南小学校 笑顔・感動・花いっぱい

夢道場・南小だより

【学校教育目標】

- やさしく (徳)
- かしこく (知)
- たくましく (体)

学校経営方針 「明るく 元気に 爽やかに すべての対応を親身になって丁寧に」

令和5年4月26日
第5号 文責 鈴木 博貴

『令和5年度 新体力テストが始まります!』～【南小「体力向上」に向けて】～

全国規模で実施される「新体力テスト」が始まります。全国的に子供たちの体力の低下が大きな問題となっています。「体力」は、将来の自己実現のための不可欠な「生きる力」の大切な要素です。南小は、今年度も体育の授業の充実や楽しみながら体を動かす活動を意図的・計画的に取り入れ、運動好きな児童をより一層増やし、体力向上に努めてまいります。ご家庭でも、昨年度の結果を参考にいただき、お子さんと一緒に運動に親しむ機会を作っていただければと思います。「生きる力」の3つの要素「確かな学力」「豊かな人間性」「健康と体力」を確実に育むために、**学校・家庭・地域が三位一体**となって取り組んでまいりたいと思います。今後ともご協力をお願いします。

令和4年度 南小と埼玉県の平均値の比較一覧表 【○→埼玉県や坂戸市を上回る項目】

項目	性別	男子						女子					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
握力 (kg)	南小	10.26	12.09	8.82	13.06	13.21	21.39	10.01	11.07	9.55	12.00	14.96	21.29
	埼玉県	9.04	10.71	12.37	14.13	16.28	19.13	8.59	10.21	11.81	13.72	16.26	19.04
上体起こし (回)	南小	12.98	15.59	17.69	19.08	21.47	23.76	12.10	13.29	18.82	17.69	21.76	21.96
	埼玉県	12.40	15.16	17.25	19.11	20.84	22.61	11.96	14.80	16.71	18.50	20.08	21.16
長座体前屈 (cm)	南小	31.11	33.03	31.26	38.13	32.63	35.78	33.43	34.07	36.66	38.11	38.44	41.92
	埼玉県	27.40	29.20	30.99	33.00	35.29	37.84	29.88	32.30	34.57	37.27	40.29	43.25
反復横とび (点)	南小	31.77	34.62	38.66	47.73	46.50	49.81	31.48	31.43	38.50	42.07	43.30	47.85
	埼玉県	28.06	31.86	34.90	39.10	42.98	45.90	26.95	30.61	33.54	37.41	41.05	43.51
20mシャトルラン (回)	南小	30.76	34.94	42.24	52.32	53.55	63.49	24.11	28.32	33.05	37.32	50.14	51.16
	埼玉県	21.45	29.97	37.11	43.76	51.32	58.45	18.26	24.37	29.55	35.46	42.45	47.22
50m走 (秒)	南小	11.41	10.72	10.40	9.55	9.46	8.76	11.53	11.07	10.43	10.29	9.44	9.23
	埼玉県	11.54	10.72	10.16	9.77	9.36	8.96	11.82	11.02	10.44	10.00	9.55	9.21
立ち幅とび (cm)	南小	126.24	140.82	137.66	156.19	163.61	185.00	116.56	126.82	134.11	138.35	160.43	171.87
	埼玉県	117.12	127.48	137.32	145.65	154.48	165.64	109.81	120.37	130.40	139.80	149.33	157.22
ボール投げ (m)	南小	7.35	9.09	12.61	16.82	18.31	23.36	5.66	6.29	10.18	10.34	12.73	14.50
	埼玉県	7.80	10.55	13.50	16.38	19.48	22.73	5.64	7.41	9.23	11.17	13.17	15.03

埼玉県「体力向上」標語『コツコツと きたえた体は たからもの』

【表1】新体力テストにおける県平均への達成率

	南小	坂戸市	比較
県平均達成率	72.9% ↑	34.4%	+ 38.5 P

【表2】体力テストの総合評価 (5段階 A B C D E)

体力の段階	南小	埼玉県	比較
A・B・C 児童の割合	85.8% ↑	77.4%	+ 8.4 P

※ 令和3年度 南小の県平均達成率 → 69.8%

※ 最も高い段階は「A」、達成指標「A+B+C」80%

【夢道場『ニュース・キャッチアップ』】

【肥満やスマホ時間が増！コロナでの生活変化が】

【小5・中2 体カテスト】実技も低い傾向

県教育局は2022年度「全国体カ・運動能力、運動習慣等調査」で、運動習慣や体格、テレビ、ゲーム、スマートフォン、パソコンなどの画面を見る「スクリーンタイム」などについての調査の県内結果をまとめ、県教育委員会定例会で報告した。県内の肥満傾向児は小学5年生と中学2年生の男女全てで前年度より増加し、過去5年で最大となった。平均1日の「スクリーンタイム」は全体の34.7%~47.0%が3時間以上だった。肥満傾向児やスクリーンタイムの長い児童は、実技結果の合計点が低い傾向が見られた。

同局保健体育課によると、県内の調査対象はさいたま市を含む公立小774校の5年生5万5311人、公立中400校の2年生5万1228人。上体起こしやボール投げなどの実技結果を点数化した「体カ合計点」は昨年12月に公表され、全学年が全国上位を維持したものの、前年度より低下した。

標準体重に対する「肥満度」が20%以上の肥満傾向児は、小5男子が全体の13.9%、同女子が9.5%、中2男子が11.7%、同女子が7.6%だった。いずれも前年度から増加した。特に中学2年男子は1.7ポイント増で全国平均を上回り、割合増が顕著だった。

学習時間を除いたスクリーンタイムが平日1日3時間以上だったのは、小5男子が17年度の33.6%から5年間で41.3%に増加。同女子は24.4%から34.7%、中2男子が31.3%から47.0%、同女子が30.2%から43.7%で、全学年で長時間化が進んでいる。

同課は肥満傾向やスクリーンタイムの増加について、「新型コロナウイルスの影響もあって、生活習慣の変化が影響していると思われる」と分析。体カ合計点は全国的に低い傾向が見られたという。

平日1日の運動時間は小5の男女ともに減少。中2は男女とも増加し、部活動の影響があるとみられている。運動を「好き」「やや好き」としたのは、全学年が全国平均と比べて低かった。一方で「自分なりの目標を立てている」「目標を意識することでできることがある」などの項目は全て全国より高かった。同課は「体育の授業の質の向上取り組んでいる結果」とし、「生徒が自主的に運動する習慣の確立を目指す必要がある」と課題を挙げた。同局では運動好きな児童生徒育成のため、教員向けモデル動画を3月に配信するなどの取組を予定。(埼玉新聞 R5. 2. 10 朝刊一面より)



体育授業の充実から体力向上を目指します

令和4年5・6月に実施した新体力テストでは、全学年で握力、敏捷性、柔軟性、持久力、走力等、全8種目の体力測定を行いました。本校の県平均達成率は71.9%であり、昨年度と比較すると2.1ポイント高い結果となりました。また、【表1】のように、本校と坂戸市内全小学校の県平均達成率を見ても南小の体力が確実に高いことが分かります。さらに、体力の総合評価(A/B/C/D/Eの5段階評価)では、A・B・C段階の児童が85.8%であり、県の割合を8.4ポイントも上回りました。全国的には、体力が低下傾向にあり、埼玉県では、運動好きの割合が全国平均と比べて低いという実態(2022年度「全国・運動能力、運動習慣等調査」)がありますが、南小学校の児童の体力は年々着実に高まり、運動好きの児童が増えてきています。これらの高い成果につながった最も大きな要因として、「**体育授業の充実**」が挙げられます。

本校では、①「6年間の系統性を踏まえた運動教材」②「基礎感覚づくり・技能ポイントの指導」③「運動量の確保」④「場」⑤「関わり合い」⑥「思考場面」の6つの視点を大切に、教職員一人一人が工夫しながら授業を行うことで、運動好きの児童を育て、体力向上を図っています。今後も日々の授業をより充実させ、児童の力をさらに伸ばしたいと考えています。ご家庭でもお子さんと一緒に運動に親しむ機会を作っていただければと思います。埼玉県教育委員会からもホームページで、様々な運動例を紹介しています。参考してみてください。

新彩の国 体づくり
チャレンジ・プログラム
(QRコード)



【校長室より】『一読・十笑・百吸・千字・万歩の心得』

『一読・十笑・百吸・千字・万歩の心得』。幕末から明治時代に活躍した本県久喜市に縁のある偉人(教育者・儒学者・漢学者)、中島 撫山の言葉。久喜市をはじめ、多くの学校が「5つの誓い」として教育の柱として位置付けている。【一読】一日に一回は本を読み、知識を豊かにします。【十笑】一日に十回は笑顔になり、友達と仲良くします。【百吸】一日に百回は深呼吸をし、心を癒します。【千字】一日に千の字を書き、考えを深めます。【万歩】一日に一万歩は歩き、心身を鍛えます。「健康・体力」の保持の視点からも医師や大学教授から推奨されている。「健康・体力」は、「生きる力」の大切な要素。自分も心掛けている。「万歩」は、朝の登校の見守りを兼ねての通学路のゴミ拾いに始まり、日中は、子供たちの学びの姿を見守り、各教室を回ること約2万歩になる。何より、子供たちや沢山の方々から活力をもらい、「十笑」どころか一日中「笑」が絶えない日々。お陰様で頗る健康。感謝。