

スキー学習にあたり、スキー靴のはき方、道具の片付け方、金具の調整、スキー場へ一緒に行ってリフトの乗り方、そしてお弁当の準備と、各ご家庭には、たくさんのご協力をいただき本当にありがとうございます。

令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣調査結果について

1学期の間に第5学年を対象に実施されました全国体力・運動能力、運動習慣調査につきまして、本校の結果から分析を行いました。本校の分析結果の概要と今後に向けての改善策をお知らせいたします。又、北海道の「令和元年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果のポイント」につきましては、北海道教育委員会のホームページで公開されています。

<http://www.dokyoai.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ktk/index.htm>

〇よい傾向を示した項目

- ＜男子＞
 - ・立ち幅跳び
 - ・反復横跳び
 - ・50M走
- ＜女子＞
 - ・20Mシャトルラン
 - ・反復横跳び
 - ・50M走

△改善が必要と思われる項目

- ＜男女ともに＞
 - ・長座体前屈
 - ・握力
 - ・上体起こし

男女ともに改善が必要と思われる「長座体前屈」「握力」「上体起こし」は、身体の柔軟性と上肢筋力の程度を測定する種目です。

柔軟性が高いと、「運動能力が高くなる」「運動するときのケガの予防になる」「姿勢がよくなる」「疲れにくくなる」とも言われています。

上肢筋力は、下肢の筋力やその他多くの部位の筋力と相関関係が高いため、全身の筋力の程度を知るための指標とも言われています。鉄棒や跳び箱、倒立など「多くのスポーツや運動の基礎」であったり、「大きなケガを防ぐ」ことにもつながったりします。

学校としては、今後も体力向上のための日常での取組（運動コーナーの設置、体育の授業での縄跳び活動（3分）・準備運動・環境づくり等）の改善・充実を図っていきたいと考えています。

2月の行事予定

日	曜	行 事 予 定	
1	土		
2	日		
3	月	スキー(5・6年予定)	
4	火	全校集会⑧	【フ】
5	水	スキー(2年予定) 学年打ち合わせ	
6	木	スキー(3・4年予定)	
7	金		
8	土		
9	日		
10	月	開校記念日	
11	火	建国記念の日	
12	水		
13	木	新1年生入学説明会	
14	金	特6 職員会議⑩ SC来校(6年授業)	【前・安】
15	土		
16	日		
17	月		
18	火	参観日(5年)	【フ】
19	水	学年打ち合わせ	
20	木	参観日(6年)	
21	金	参観日(3・4年)	
22	土		
23	日	天皇誕生日	
24	月	振替休日	
25	火	参観日(1・2年)	
26	水	特6 研修⑪	
27	木	委員会⑫(後期反省)	
28	金	6年生おわかれ会 (1・2・3・6年)	
29	土		