

★ **チャレンジ！夢に向かって** ★
* ~ふるさとを愛し、一人一人が「か・が・や・く」国見の子の育成~

新体カテストにチャレンジ！！

6月12日（水）の3・4校時に新体カテストを実施しました。新体カテストというのは、文部科学省が定めた「体力・運動能力調査」のことです。新体カテストは、子どもたち自身が自分の体力や運動能力に関心を持ち、より健康な生活を送ることができるようにすることをねらいとして行っています。測定するのは、次の種目です。

- | | | |
|-------------------|------------------|-------------|
| ・握力（筋力） | ・上体起こし（筋力、筋持久力） | ・長座体前屈（柔軟性） |
| ・反復横とび（俊敏性） | ・立ち幅跳び（跳躍力） | ・50m走（走力） |
| ・20mシャトルラン（全身持久力） | ・ソフトボール投げ（投げる能力） | |

6月12日（水）は、握力と20mシャトルラン以外の6種目を測定しました。（握力と20mシャトルランは、体育の授業で測定します。）昨年度の結果をみると、本校は体力合計点では秋田県平均を上回っていますが、上体起こしや20mシャトルランに課題があります。今年度は縦割り班ごとにわかれて測定しました。子どもたちはどの種目にも全力で取り組んでいました。その姿をみて、清々しい気持ちになりました。

上の図は、秋田県の校種別新体カテスト体力合計点の推移です。秋田県の子どもたちの体力は、下がり続けています。体を鍛えることは、心と体の健康にとって、とても大切なことです。そして、体力は一生の宝物となるものです。新体カテストをきっかけに、お子さんと一緒に運動やストレッチをし、スポーツを楽しむきっかけにしていればと思います。

