



## 地域と共に育てる、子供の体力

副校長 鈴木 衣里

1月12日、小松川平井マラソン大会が行われました。荒川土手に吹きつける寒風にも負けず地域の子供たちが集まり、学年男女別や、親子マラソンに挑戦していました。本校でも44名の子供たちが参加し、顔を真っ赤にして走り抜けていました。全校朝会で、全校児童の前で紹介する予定です。

本校でも1月末の持久走記録大会に向けて、「こまっこランラン」という昼休みの時間帯や体育の授業の中で、楽しく練習を積み重ねる姿がありました。

さて、1学期に実施した東京都の体力・運動能力調査の結果が、今年度から、お子さんの教育用タブレットにて閲覧できます。学校にて、お子さんに個別の結果表の見方について指導いたします。ぜひご家庭でもお子さんと一緒にご覧いただき、今後の体力向上にお役立てください。

本校児童の体力調査結果の平均値を見ると、全体的に東京都の平均値をほぼ上回っていました。全国と比べると、3つの学年（1年生、2年生、5年生）で下回っています。学年ごとの主な課題を挙げると、1年生は、「反復横跳び（敏捷性）」と「20mシャトルラン（全身持久力）」です。どちらも入学して初めての取組のため、やり方に慣れることも大切です。2、3、4、5年生に共通する課題は、「立ち幅跳び（筋パワー・跳躍能力）」です。両脚で前方へ跳躍した直線距離を計測する種目です。複数の学年で都平均を下回っているため、体育の授業や縄跳びウィーク、こまっこランラン等の取組を通して、足腰の強さを育ててまいります。

6年生は、都平均、全国平均に比べ、ほぼ全ての種目で上回っています。6年生の様子を見てみると、休み時間の外遊びの習慣が身に付いていたり、土日も地域などでスポーツの習い事をしたりする児童が多いことが、体力向上に結び付いているようです。6年間の小学校生活の集大成が結果として表れているようで嬉しく思うとともに、中学校でも、ぜひ楽しみながら日常的に運動に取り組んでいくことを願います。

子供の頃に身に付けた体力や運動習慣は、一生の財産です。小松川・平井地区では地域の方々のご尽力により、日頃から子供たちの体力づくりのための行事もさかんに行われています。今後も、心も体もたくましい子供たちを育てるために、ご家庭、地域と共に協働してまいります。

### 2月の生活目標 さむ ま そと げんき あそ 寒さに負けず、外で元気に遊びましょう

寒い日が続いていますが、春の気配が少しずつ感じられるようになってきました。外で体を動かし、日常的に運動しておくことで体力が付き、免疫力も高められます。手洗い・うがいの徹底と感染症への対策をしっかり行いながら、積極的に外遊びができるように、学校でも呼びかけていきたいと思えます。

生活指導担当