

— 記録は伸びたかな? —

体育の授業(中学校)



20mシャトルラン

長座体前屈



←測定した記録と授業の
振り返りを記入する生徒



体育の授業(小学校)



20mシャトルラン



↑熱中症対策に、水筒が置かれていました。



反復横とび

まいとし しょうちゅうがっこう じっし
毎年、小中学校でスポーツテスト※を実施しています。

こ じぶん きろく だ じぶん もくひょう き
子どもたちは自分のベストな記録を出そうと、自分の目標を決
め、運動するときには何を意識したら良いかを考えながら何度も
れんしゅう ほんばん せいっぱい からだ うご
練習していました。そして、テスト本番では精一杯に体を動かし、
きろく ちょうせん
記録に挑戦していました。

※ 新体力テスト(小3~中3で実施)。「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(小5・中2対象)と「めっちゃMORI スポーツテスト」(小3・4対象)は、実技調査と同時に生活習慣等に関する調査も実施。実技調査は握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン(または持久走)、50m走、立ち幅とび、ソフト(ハンド)ボール投げの8種目。