

# 富士見小だより



富士見小 HP

学校教育目標 「未来を切り拓く心豊かな児童の育成」  
校 訓 かしこく やさしく 元気よく

上尾市立富士見小学校 上尾市柏座 4-3-8 電話 048(771)0505

令和7年10月 1日

発行責任者

校長 吉田 充

## 子供の体力について

校長 吉田 充

猛暑続きの日々もようやく終わり、秋の涼しさが感じられるようになりました。

さて、子供たちにとって体力は、健康な体づくりはもちろん、学力の向上や心の成長にも大きくかかわる重要な要素であるとも言われています。

しかしその一方で、現在子供たちの体力の低下が大きな問題になっています。生活習慣の変化や便利な生活、スマホやゲーム等による外遊びの減少、最近では、熱中症を防止するため運動や外遊び自体を制限しなければならないなど、様々な要因・背景が考えられます。

以下に、今年度の新体力テスト結果から、本校児童の体力についてお示しいたします。

- ・「総合評価A～E」の5段階での「A+B+C」の児童の割合（埼玉県は85%以上）  
埼玉県 78.4% 本校児童 72.1%
- ・8種目において、埼玉県平均を上回った種目の割合 39.6%
- ・種目別にみると、50m走（走力）は概ねよい結果であった。一方、長座体前屈（柔軟性）や20mシャトルラン（持久力）に課題が見られた。
- ・日ごろから運動に取り組んでいる児童とそうでない児童との二極化が見受けられた。

これはあくまで一部ですが、本校児童の体力には、課題があるということがお分かりいただけるかと思います。

こうしたことから本校では、子供たちが楽しみながら進んで体を動かすことで、体力の向上が図れるよう取り組んでいく必要があると考えています。そのために、体育の授業では、子供たちが夢中となって体を動かせる場づくりを行ったり、多様な運動経験によって体を動かす楽しさや面白さを感じさせたりするなど、子供たちが主体的に運動に取り組むことができるよう取り組んでまいります。また、友だちと共に学ぶことで、励まし合ったり、お互いの良さを認め合ったりしながら、自信をもって運動に取り組めるようにするなど、体育授業の工夫に努めてまいります。そして、体育授業以外にも、休み時間での外遊びの奨励や、なかよしタイムでの縦割り活動などで、みんなで楽しく体を動かしながら遊べる機会を設けるなどの取組も行ってまいります。

スポーツの秋を迎え、気候的にも、思い切り体を動かせる季節となりました。運動好きの子供たちを増やすためには、学校、家庭、地域が一体となって、運動の楽しさを味わわせたり、進んで体を動かす習慣を身に付けさせたりできるよう、継続的に取り組んでいくことが大切です。ぜひ、ご家庭や地域におかれましても、子供たちが自分に合った運動の仕方を見つけ、進んで取り組むことができるよう、お声がけいただければ幸いです。「体を動かすことが大好き」と言える子供たちを増やすためにも、保護者、地域の皆様のご理解とご協力をいただきますよう、よろしくお願いいたします。