学校だより　令和７年１月２４日

しいの実

第25号

鈴鹿市立鈴西小学校

学校教育目標「確かな学力と豊かな人間性をもち、たくましく生きる鈴西っ子の育成」

■鈴西小の子どもたちは体力自慢！

第２号（４月１９日発行）第５号（５月２９日発行）で、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」への取組についてお知らせしたところですが、先日調査結果が届きましたのでお知らせします。

＃１　令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

小学校 5年男子	握力（kg）	上体起こし（回）	ちょう座体前屈（回）	反復横跳び（点）	20mシャトルラン（回）	50m走（秒）	立ち幅跳び（cm）	ソフトボール投げ（m）	体力合計点（点）
	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値
全国	16.01	19.19	33.79	40.66	46.90	9.50	150.42	20.75	52.53
三重県	16.03	18.39	33.67	41.07	46.52	9.54	150.46	20.68	52.31
鈴西小学校	14.44	18.18	○36.22	◎50.31	◎52.47	◎9.04	◎169.53	○22.61	○56.67

小学校 5年女子	握力（kg）	上体起こし（回）	ちょう座体前屈（回）	反復横跳び（点）	20mシャトルラン（回）	50m走（秒）	立ち幅跳び（cm）	ソフトボール投げ（m）	体力合計点（点）
	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値	平均値
全国	15.77	18.16	38.19	38.70	36.59	9.77	143.13	13.15	53.92
三重県	15.85	17.40	38.01	39.28	36.06	9.86	143.43	13.40	53.71
鈴西小学校	15.54	○18.23	○42.08	◎50.46	◎51.17	◎9.16	◎172.08	○17.54	◎61.9

国の調査対象は５年生であるため、データは５年生のみとなりますが、男女合わせて全国平均を上回る種目数は１６種目中１３種目、国の平均を５ポイント以上上回る種目は８種目となっており、全国の子どもたちに比べて「鈴西小の子どもたちは体力がある。」ことが、データからはっきりしました。大変喜ばしいことです。

＃２　なぜ、体力が必要なの？

では、「体力がある。」ことがなぜそんなに喜ばしいことなのでしょう。そもそも、なぜ子どもたちに体力が必要なのでしょうか。文部科学省は下のように発表しています。

意図的に体を動かすことは、さらなる運動能力や運動技能の向上を促し、体力の向上につながっていく。同時に病気から体を守る防衛体力を強化してより健康な状態をつくり、**高まった体力は人としての活動を支えることとなる。**

また、子ども、特に小学校低学年以下の子どもは、他者との遊びなどによる身体活動を通して、**体の動かし方を会得し、脳の発達を促していくなど、体を動かすことと心身の発達が密接に関連している。このように、体を動かすことは、身体能力を向上させるだけでなく、知力や精神力の向上の基礎ともなる。**

したがって、身体を動かすことによって得られる**体力は、人間の活動の源であり、（中略）意欲や気力の充実に大きく関わっており、人間の発達・成長を支える基本的な要素である。**

上をふまえて、鈴西小の子どもたちの様子を見ていると、外遊び等の運動が好きで「体力がある。」子は、概ね授業でも意欲的であったり、他者とのかかわりについても積極的であったりといった印象があります。体力があることは、「もっと考えてみよう。」「次も頑張ろう。」などといった意欲やコミュニケーション能力の向上と関連している傾向があ

ると言えます。このような理由から、「体力がある。」ことは喜ばしいことと考えます。
（※「体力がある子＝スポーツができる子」という捉えではないことを申し添えます。）

＃３「体力がある。」鈴西小の子どもたちの普段過ごし方は？

業間（２時間目と３時間目の間の２０分休憩）の、２年生の遊びの様子です。先生と一緒に竹馬に挑戦しています。何気ない日常の一コマですが、「体力がある。」ことの良さが垣間見られます。

難しそうなことでも興味をもち、最初はできなくても先生の力を借りて挑戦しています。

うまくできている仲間の様子を見て、自分もやってみることを繰り返しています。仲間とのかかわりの中で自分を高めようとしています。

難しいことでも、夢中になって挑戦し、自分を高める姿がありました。積極的に遊びをしようとする体力があってこその姿と考えられます。

自分自身のがんばりや、仲間とのかかわりで、動きが高まったことを実感することができています。

１月２１日（火）４限目の５年生体育授業の様子です。

自分なりに精一杯の走りができています。

上り坂やカーブもボランティアさんに見守られながら手を抜かずに走ることができています。

鈴西小の特長である「鈴西の森」やアップダウンがある地形を生かした「クロスカントリー」を実施しています。グラウンドと合わせて１周３６０ｍのコースを１０分間で何週走れるかを考えながら走ります。どの児童も自分なりの目標を掲げ、目標の到達に向けて精一杯に駆け抜ける様子が見られました。足元の様子が変化したり、急角度のカーブや登りや下りがあったりするなど「キツイ」要素がありますが、１０分間走り切り６周できた児童の顔は「やりきった。」充実感、或いは走ったことそのものへの爽快感からか、よい笑顔でした。多くの子どもたちがこの取組みにより、体力がつくと同時に自己肯定感も高められているように感じました。

これらのような、普段の取組が体力の向上につながっていると考えます。もちろん各御家庭での取組や、毎日遠いところを歩いて登下校していることも大きな要因と言えます。いずれにせよ、学校として子どもたちの体力が向上していくよう取組をコツコツと進めてまいりますので、ご理解ご協力の程よろしくお願いします。

■ 3月の主な行事

3月の主な行事予定

３日（月）　委員会
５日（水）地区別児童会
６日（木）鈴鹿市立中学校卒業式
11 日（月）防災学習、避難訓練
19 日(水)　卒業証書授与式
20 日(木)　春分の日
21 日(金)　給食終了
25 日(火)　修了式・離任式
春休み（～４月７日）