

平成 26 年 5 月 14 日

NPO 法人志村スポーツクラブ・プリムラ様

板橋区立中台小学校支援地域本部
代 表 北 村 貴

スポーツテスト協力依頼のお願い

このたび下記のとおり板橋区立中台小学校においてスポーツテストが行われます。ご多用のこととは存じますが、地域ボランティアによる授業サポートをお引き受けいただきたく、お願い申し上げます。

記

- 1 新体力テスト (授業協力内容は別紙参照)
- 2 実施日時 平成 26 年 6 月 4 日 (水) 1~4 校時 (8:45~12:05)
平成 26 年 6 月 6 日 (金) 1~6 校時 (8:45~14:20)
※雨天時 6 月 9 日 (月) に順延 (順延の場合は 8:00 までにご連絡いたします)
- 3 集 合 第一会議室 8:30
- 4 内 容 全学年の体力テスト補助
- 5 場 所 板橋区立中台小学校 校庭 および 体育館・校舎
板橋区中台 1-9-7 Tel.03-3932-6327~8
- 6 募集人数 各日、1~3 名のご協力をお願い申し上げます。
- 7 締 切 平成 26 年 5 月 27 日 (火) までに下記コーディネーターへ連絡お願い致します。

※体育館履きをご持参ください。

ご協力いただきました方には、給食をご準備させていただきます。ご賞味ください。
以上

【担当】 中台小学校支援地域本部コーディネーター

島村恵子 携帯番号 080-3201-9200

e-mail island-village1014@t.vodafone.ne.jp

飯田 望 携帯電話 090-4680-7681

e-mail miki-rara1814@docomo.ne.jp

新体力テスト実施要項(案)

平成26年5月8日

中台小 体育部

1. ねらい

児童一人一人の体力や運動能力の現状を確かめ、体育指導の参考にするとともに、その結果を昨年度と比較・検討し、さらに効果的に活用する。それにより、児童が自己の体力や運動能力に深い関心を持ち、進んで様々な運動に、親しめるようにしていくことをねらいとする。

2. 日時

6月4日(水)、6日(金) 8:45~14:40
予備日:6月9日

6月4日(水) (シャトルラン以外)

1校時 8:45~9:30 (6年補助員)

2校時 9:35~10:20 (5年補助員)

3校時 10:30~11:15

4校時 11:20~12:05

※中休みは10分とし、校庭遊びは禁止です。午後は通常授業とします。

6月6日(金) (シャトルラン)

1校時 8:45~9:30 2年 (5年生カウント補助)

2校時 9:35~10:20 1年 (6年生カウント補助)

3校時 10:40~11:25 3年

4校時 11:30~12:15 4年

5校時 13:35~14:20 5年

6校時 13:35~14:20 6年

※プール前健診の日程の予定

13:15~	5-1	13:50~	2-1
13:20~	5-2	13:55~	2-2
13:25~	6-1	14:00~	3-1
13:30~	6-2	14:05~	
13:35~	5くみ	14:10~	4-1
13:40~	1-1	14:15~	4-2
13:45~	1-2		

3. 場所 校庭 および 体育館・校舎

4. 対象学年 全学年

5. 種目

8種目 (○=各クラス ☆=4日 ◎=6日)

校庭で行う種目

○ 50m走

☆ 立ち幅跳び

☆ ソフトボール投げ

体育館・校舎で行う種目

○ 握力

☆ 長座体前屈・上体起こし

☆ 反復横跳び

◎ 20mシャトルラン

6. 実施期間

■ 6月4日(水)

☆印の種目は、一斉測定。

1, 2, 3年生(低) → 1, 2校時

4, 5, 6年生(高) → 3, 4校時

■ 6月9日(月)~6月13日(金)

○印の種目は、上記の期間に体育等の時間で実施。

※1, 2年生の50m走測定時には、講師等をつける。

7. 実施方法

★一斉測定の種目について

- ・ 1～2年は担任が、児童と共に測定場所を回る。
- ・ 3～6年の担任は種目ごとに分かれ、測定を行う。
- ・ 3～6年の児童はグループごとに回る。
- ・ 1～2年の記録は、5・6年生の補助児童が記録カードに記録する。(1校時→6年、2校時→5年)
- ・ 3～6年はグループで記録係を決めさせる。
- ・ 記録カードには事前に記名し、グループで持って回る。

★各種目の測定方法については「新体力テスト実施要項」を参照。

★各学級の記録集計は各担任が行い、期限までにスポーツテスト担当へ提出する。(期限は区体育部からの連絡待ち)

8. 実施方法

1日目(4日)、クラスで以下の順にまわる。

立ち幅跳び→ソフトボール投げ→反復横跳び→長座体前屈→上体起こし

1・2校時					
1-1	1-2	2-1	2-2	3-1	
3・4校時					
4-1	4-2	5-1	5-2	6-1	6-2

※上記は基本的な動き方を示したもののなので、混んでいたら空いている種目に回ってもよい。

9. その他

- ・ ☆印の種目はなるべく終わるように進める。
- ・ やり残した種目は、実施期間内に学級、学年で行う。
- ・ 学習指導講師は児童看護を行う。
- ・ 1, 2校時の5年と6年(補助児童)は測定中に入れ替えないようにする。(または、切りのいいところで入れ替える)
- ・ 時数は体育の授業とする。
- ・ 当日の見学者および欠席者は、各学年で後日測定する。
- ・ 準備は体育部でできるだけ前日に行う。
- ・ 当日までにテストのやり方を理解させておく。(実際にやってみるとよい)
- ・ 集計は区から配布される集計用紙を使用する。
- ・ 終わった児童は、教室で待機する。

※(スポーツ関係)NPOの方に、1日目のお手伝いをお願いする予定。
(希望は各種目1人ずつ、立ち幅跳びのみ2人)(予定)

10. 係分担(場所、計測方法、用具、記録、補助児童)

(1) 1~2校時 1~3年(低) *補助児童1校時 6年
2校時 5年
3~4校時 4~6年(高)

種目 場所 担当者数	担当	計測方法	用具	記録	補助児童	
					(5年)	(6年)
ソフト ボール 投げ 校庭 2人	1,2校時	2カ所。4 ~6年は1 人が投げ、 残りは計測	ソフトボール(1号) 計測用ライン	2回実施 よい方の記録 m未満切り捨て	記録 2名	2名
	3,4校時				球拾 11名	11名
立ち幅 跳び 砂場 2人	1,2校時	3カ所。4 ~6年は1 人が行い、 残りは準備 と計測	巻尺、ほうぎ、砂な らし、踏み切り線	2回実施 よい方の記録 cm未満切り捨て	記録 3名	3名
	3,4校時				準備 6名	6名
反復横 跳び 体育館 2人	1,2校時	1カ所。 4~6年は 2人組。片 方が計測。	ストップウォッチ 計測用ライン	2回実施 よい方の記録 20秒間の点数	記録	15名
	3,4校時				14名	
長座 体前屈 体育館 ステージ 1人	1,2校時	4カ所。 2人組。 片方が計測	長座体前屈 測定器	2回実施。良 い方の記録 cm未満切り 捨て	記録 4名	4名
	3,4校時				前日準備	体育部
上体 起こし 1人	1,2校時	2人組。 片方が 計測	ストップウォッチ マット	1回実施 30秒間の回 数	記録 1名	1名
	3,4校時				補助 5名	5名
20m シャト ルラン 体育館		1カ所。 4~6年は 2人組。片 方が計測。	・テスト用CD ・20m平行線	1回実施 ついていけなくな るまでの回数		
					前日準備	体育部
握力	各学級で		ス מדレー式 握力計	左右交互に2回 よい方を平均 kg未満四捨五入		
50m走	各学級で		50m直走路 ストップウォッチ	1回実施、1/10 秒未満切り上げ		