

Go Go Ranger!

2020. 6. 9

豊中市立野畑小学校 5年

臨時第31号

今日は、Bグループのみなさんの6時間授業でした。Aグループのみなさんと同じく、登校のころは元気なすがたが下校のころにはクタクタに・・・一日お休みしてまたがんばりましょう！

さて、今日は、スポーツテストをしました！種目は^{はんぷくよこと}反復横飛びと^{ちようざたいぜんくつ}長座体前屈です。自分の思うような記録は出せましたか？前のGo Go Ranger!で50m走のタイムをのせましたが、今回は、「握力」・「反復横飛び」・「長座体前屈」・「立ち幅跳び」・「上体起こし」・「ソフトボール投げ」の小学生平均記録を教えちゃいます！

【男子】

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点 (点)
令和元年度	16.37	19.80	33.24	41.74	50.32	9.42	151.47	21.60	53.61

【女子】

	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール投げ (m)	体力合計点 (点)
令和元年度	16.09	18.95	37.62	40.14	40.80	9.63	145.70	13.59	55.59

(スポーツ庁 令和元年度)

自分の記録と平均の記録を比べてみて、どうでしたか？もし平均より下でも気にすることはありません！自分の得意なことをのばしていきましょうね！