



調布市立上ノ原小学校
第3学年学年だより
令和8年6月5日

体カテスト

5月21日(木)に、学年全体で体カテストを実施しました。今回は、長座体前屈、立ち幅跳び、上体起こし、反復横跳びの4種目を行いました。

今年度は、子どもたちが初めて自分たちで記録を取りながら測定を行いました。はじめは緊張した様子も見られましたが、次第に慣れ、友達同士で声をかけ合いながら、真剣に取り組む姿が印象的でした。また、友達の記録も正確に測ろうとするなど、協力して活動する様子も見られました。

自分の記録に一喜一憂する姿もありましたが、最後まであきらめずに取り組む姿勢がとても立派でした。今後も体育の授業を通して、体を動かす楽しさや、自分の体力の向上を感じられるよう支援していきたいと思います。

★最近の様子★



◆長座体前屈

体をゆっくり前に伸ばし、最後までがんばりました。

◆立ち幅跳び

腕を振って力いっぱいジャンプし、記録に挑戦しました。

◆上体起こし

友達と協力しながら回数を増やそうと努力しました。

◆反復横跳び

リズムよく素早く動き、集中して取り組みました。