

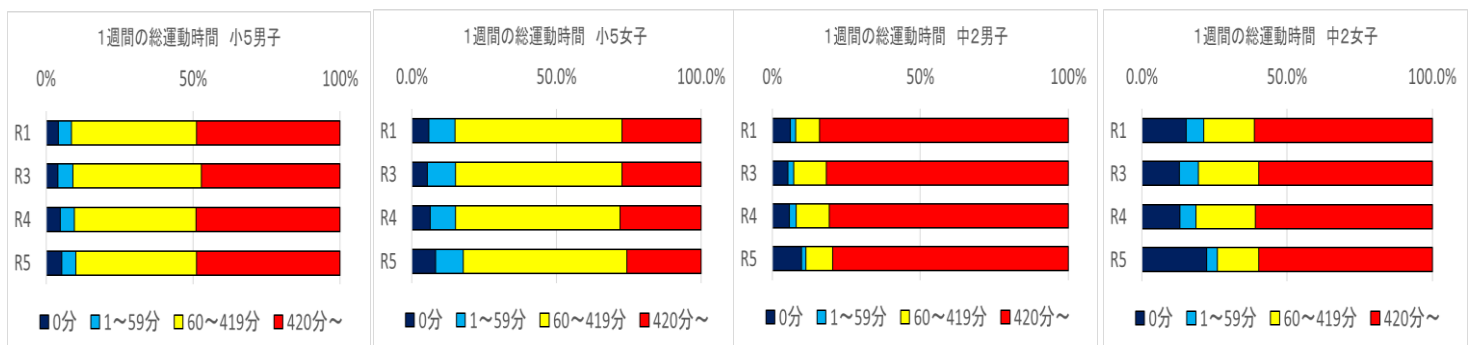


南房総のハズシ

児童生徒の健康・体力向上に向けて！ ～「遊・友スポーツランキングちば」の活用を！～

1 1週間の総運動時間の割合に着目を！

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣調査結果から、体育の授業や運動に肯定的な意識を持っている児童生徒ほど、1週間の総運動時間は長く、体力合計点が高い傾向がありました。しかし、県内の令和元年から令和5年までの1週間の総運動時間の経年推移を見ると、「0分」の割合が増加しています。



体育科・保健体育科の目標である、「生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する」を達成するために、全ての児童生徒が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにして、その結果として体力向上につながる指導等の在り方について改善を図ることが大切です。

本号では、学校全体で体力向上に取り組む方策の1つとして、「遊・友スポーツランキングちば」について紹介をします。

2 年間を通じて『遊・友スポーツランキングちば』にチャレンジ！

小学校だけではなく、ぜひ、中学校でも意図的・計画的にチャレンジしましょう！

授業以外にも昼休みなど、短時間で取り組めて仲間づくりにもつながるので積極的にご活用ください。

(1) ねらい

○本県の児童生徒の体力向上を図るために、各学校の実態に応じて授業や業間・昼休みの時間帯に児童生徒が取り組める運動種目を紹介し、積極的な外遊びや運動を奨励する。

○仲間と楽しく集団で協力し合いながら運動に取り組むことにより、好ましい人間関係や社会性を育成するとともに、記録（ランキング）を公表することにより、活動の意欲化と継続性を図る。

みんなで、がんばるぞ

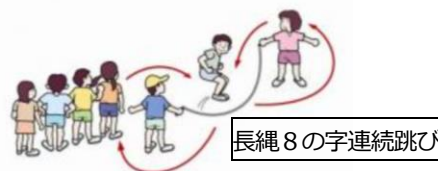


(2) 申し込み及び表彰は2期（前期・後期）！

実施期間は1年を通して実施しています。なお、申し込み及び表彰は年2期に分けて行います。ただし、各期の最終日が土曜・日曜・祝日の場合、その前日（平日）となっています。

○前期 4月15日～ 9月30日（10月内に表彰）

○後期 10月 1日～ 2月 末日（3月内に表彰）



（3）今年度の実施種目は8種目！

- | | | |
|-----------------|---------------|-----------------|
| ①チャレンジスピード | ②長縄8の字連続跳び | ③長縄みんなでジャンプ |
| ④みんなで短縄跳び | ⑤新聞棒投げ | ⑥ボールパスラリー 5m・7m |
| ⑦バスケットボールフリースロー | ⑧サークルターゲットスロー | |

（4）エントリーはインターネット及びQRコードから！

報告のあった各種目の「クラス」の部、「グループ」の部ごとの記録は、『遊・友スポーツランキングちば』のホームページ上に、ランキング（10位以内）の中で随時更新されます。また、それぞれの種目の「クラス」の部、「グループ」の部の部門別のランキング第1位の者を『遊・友スポーツランキングちば』のホームページ上で発表され、「記録認定証」が授与されます。



小学校低学年

【小学校低学年用】

<https://forms.office.com/r/w6ucy55aK4>

【小学校高学年用】

<https://forms.office.com/r/GGVWXL18QR>



小学校中学年



小学校高学年



中学校

【小学校中学年用】

<https://forms.office.com/r/WjNwUwCqUp>

【中学校用】

<https://forms.office.com/r/Bd4xWNupQX>



3 令和5年度の管内の参加校紹介！

（前期）市原市立市原小学校 ・ 富津市立飯野小学校 ・ 鴨川市立田原小学校

（中期）市原市立牛久小学校 ・ 市原市立若葉小学校 ・ 富津市立飯野小学校

南房総市立嶺南小学校 ・ 鴨川市立田原小学校

市原市立国分寺台西中学校

（後期）市原市立五井小学校 ・ 市原市立牛久小学校 ・ 市原市立若葉小学校 ・ 市原市立若宮小学校

市原市立国分寺台小学校 ・ 市原市立有秋南小学校 ・ 袖ヶ浦市立根形小学校

袖ヶ浦市立中川小学校 ・ 木更津市立東清小学校 ・ 木更津市立金田小学校

木更津市立祇園小学校 ・ 木更津市立八幡台小学校 ・ 君津市立小糸小学校

富津市立飯野小学校 ・ 富津市立佐貫小学校 ・ 南房総市立白浜小学校

鴨川市立鴨川小学校 ・ 鴨川市立田原小学校 ・ 館山市立船形小学校 ・ 館山市立豊房小学校

館山市立館野小学校