

## 「体カテストマイベスト応援プログラム」概要

|                  |  |
|------------------|--|
| 事業・活動名           | 体カテストマイベスト応援プログラム  |
| 主催団体名            | 茨城県教育委員会   |
| 開催場所             | 茨城県内の公立の小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校、高等学校   |
| 事業概要             |  |
| 具体的な支援内容         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 県独自のシート「オリンピックに続け！いばらきっ子」シートを活用し、新体カテストの前年度の記録や全国平均値を参考に、教員の指導の下、マイベスト目標を設定。</li> <li>・ 目標達成に向けて、体育の授業等を通じて体力の向上に取り組む。</li> </ul> |
| 対象者              | 各学校の児童生徒   |
| マイベスト目標の例        | <p>新体カテストの記録</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 握力 ・ 上体起こし ・ 長座体前屈 ・ 反復横跳び</li> <li>・ 持久走 ・ 20m シャトルラン ・ 50m 走</li> <li>・ ボール投げ ・ 体力合計点 ・ 総合評価</li> </ul>        |
| 参加者が行動を継続するための工夫 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 児童生徒一人ひとりが継続して取り組めるように、楽しい運動例を紹介したり、簡単にできるダンスを作成し提供したりする。</li> </ul>  |
| URL              |  |