

## 「体カアップ・マイベストチャレンジ！」概要

事業・活動名	体カアップ・マイベストチャレンジ！
主催団体名	岡山県教育委員会
開催場所	岡山県内（岡山市を除く。）の各小学校、特別支援学校
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2019年度の新体カテストの結果から、各自が伸ばしたい項目を2つ選び、マイベスト目標を設定。</li> <li>・「みんなでチャレンジランキング」（ダブルダッチ等の15種目で記録更新を目指し、ランキングを競う取組）を活用しながら運動の習慣化を図るとともに、「いきいき岡山っ子体カアッププログラム」（岡山県独自の体カアップに資する運動を集めたハンドブック）を活用し、体育授業を充実させ、児童の体力向上を支援。</li> </ul>
対象者	各小学校、特別支援学校の3～5年生の児童
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>・20m シャトルラン ・50m 走 ・立ち幅跳び</li> <li>・ソフトボール投げ</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>・「体カアップ・マイベストチャレンジ！シート」を活用し、児童一人ひとりが目標達成に向けた取組等を記入することで、行動を継続できるようにする。</li> <li>・新体カテストの記録が向上した児童を表彰。</li> </ul>
URL	<a href="http://www.pref.okayama.jp/soshiki/148/">http://www.pref.okayama.jp/soshiki/148/</a>