

# 山梨県子どもの体力向上推進事業

資料1

**目的**  
運動習慣の確立  
生活習慣の改善  
○体力・運動能力の向上

そのために

- ・運動する子ども、運動しない子どもの二極化傾向を改善し、子どもたちの運動習慣の確立を目指す。
- ・新体力テストの結果を分析し、バランスの良い体力の向上を目指す。
- ・健康実態調査の結果を分析し、生活習慣の改善を目指す。
- ・体力向上への効果的な取組の推進し、小学校からの様々な動きの経験、運動習慣の定着への重点的な働きかけをする。
- ・運動経験が少ない子どもたちへ遊びや運動する機会を提供し、運動時間を確保する。
- ・様々な運動体験を通じて、子どもたちの運動する意欲を高めていく。

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現

運動習慣の定着

体力向上

健康的な生活習慣

健康・体力つくり一校一実践運動  
(県内公立小・中・高校 全校実施)

それぞれの学校が児童生徒の健康や体力の課題について把握。課題に応じて「一実践」を実施。  
・業前体力づくり・長なわ大会等  
・生活改善チェック

目指せ！やまなしチャンピオン！  
(県内全小学校参加可能)

長なわ、馬とび、キャッチボールなどの種目で県内最高記録を目指して学級全員で挑戦。月ごとのランキングを県ホームページに掲載。

学校元気アップ事業  
(県内小学校推進校10校)

総合型地域スポーツクラブ指導員や大学生が小学校を訪問し、運動や遊びを紹介。ゴム跳びやSケンなど子どもにとって新しい遊びを体験。

「県内の児童生徒の体力は改善傾向にある。」

実態把握

山梨県新体力テスト・健康実態調査

「小学生の体力は全国平均を下回っている。」

# 目指せ！やまなしチャンピオン！

H29～

## 事業目的

県内全ての小学生において、子どもたちが取り組みやすい6種目の運動の中からクラス単位で参加し、運動を楽しみながら他校とも記録を競い合う。

小学生の  
運動習慣の確立  
体力・運動能力の向上

## チャレンジ6種目

### ロングランニング

・1週間(月～金)ランニングに取り組む。  
【記録】学級全員の走った平均距離。

### 30mシャトルリレー

・1チーム6人で1人が約30m走る折り返しリレー。  
【記録】学級全チームの平均タイム。

### エイトマン

・12人以内1チームで行う3分間の長縄8の字跳び。  
【記録】学級全チームの平均回数。

### 短なわレディGO

・個人で行う短縄跳び。  
【記録】1分間の前跳びの回数。

### 馬とび

・2人1組で交代で行う1分間の往復馬とび。  
【記録】学級全ペアの平均回数。

### ドッジラリー

・4～6人1チームで行う3分間のキャッチボール。  
【記録】学級全チームの平均回数。

## 記録の提出と表彰

各学校で学級ごとの記録を入力し、山梨県総合教育センターの「ピーチウェア」に提出。

スポーツ健康課において、種目・学年別にランキングを作成。  
賞状を各学校へ授与  
・月間賞 ・学期賞 ・年間賞  
スポーツ健康課HPに公表

目指せ！やまなしチャンピオン！  
やまなしギネス更新中！

ロングランニング	30mシャトルリレー	エイトマン	短なわレディGo	馬とび	ドッジラリー
5.00km	48.13秒	270回	207回	48.25回	94.16回
スポ犬	レッドドラゴンス	とりさわ4	わさく	とりさわ4	竜王東小5年
スポーツ健康課	浦田小3年	鳥沢小4年	下吉田第二小5年	鳥沢小4年	竜王東小5年

HPに掲載の記録の一部 「最高記録一覧」