

平成30年度 「ザ・チャレンジ！」実施要項

福井県教育庁スポーツ保健課

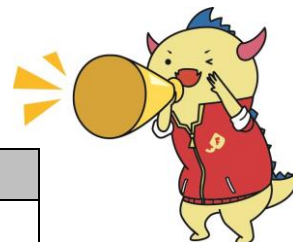
1 目的

教科体育の時間の一部や、業前・業間等の教科外の時間において、持久走やなわとびの全身運動を継続して行なうことにより、児童生徒の体力向上を図る。

2 種目・内容

① 時間走の部：決められた時間内に、走った距離を測定する。

小学校	3・4年生	5・6年生	中学校	1～3年生
	3分間	4分間		5分間



② なわとびの部

ハイスピード短なわ

決められた時間内に、「前両足とび」または「前かけ足とび」で何回跳べたかを数える。

小学校	1・2年生	3・4年生	5・6年生	中学校	1～3年生
	30秒間	1分間	1分間		1分間

短なわ

3分間に何回跳べたかを数え、時間内に引っかけからずに跳んだ最高回数を記録とする。
※あや跳びは、閉じて開いて1回と数える。

小学校	1年生	2年生	3年生	中学校	1～3年生
	前あや跳び 後ろあや跳び	後ろあや跳び 前交差跳び	前交差跳び 前2回旋跳び		前2回旋跳び
	4年生	5年生	6年生		前3回旋跳び
	後ろ交差跳び 前2回旋跳び	前2回旋跳び 後ろ2回旋跳び	前2回旋跳び 後ろ2回旋跳び		

長なわ

・連続8の字跳びⅠ（跳んだ回数）

3分間で何回跳べたかを数える。スタートは全員同じ方向から跳び始め、縄を回す2人の外側を、8の字に巡回しながら1人1回ずつ跳ぶ。時間内であれば、失敗しても継続して跳んでよい。跳んだ回数は加算して計算する。跳び役は10名以上（男女混合、可）。使用する縄の長さや種類は自由とする。縄を回すのは、教員等の大人でもよい。

・長なわ連続8の字跳びⅡ（跳んだ人数）

1分間で何人跳べたかを数える。縄を回す2人の外側を、8の字に巡回しながら次々と跳びぬけていく。（※1度に何人跳んでもOK）時間内であれば、失敗しても継続して跳んでよい。跳んだ人数は加算して計算する。人数制限無し（男女混合、可）。使用する縄の長さや種類は自由とする。縄を回すのは、教員等の大人でもよい。

3 対 象

小学校 1年生～6年生
中学校 1年生～3年生（部活動ごとの参加も可）

4 参加方法

教科体育の一環、または業前・業間等の体育的活動として取り組んでください。
※平成29年度の記録を参考に取組種目や児童生徒の目標等を設定してください。

5 実施期間

時間走の部・・・【小学校】 平成30年 5月 7日（月）～平成30年11月30日（金）
【中学校】 平成30年 5月 7日（月）～平成31年 2月28日（木）
なわとびの部・・・【小中学校】平成30年11月 1日（木）～平成31年 2月28日（木）

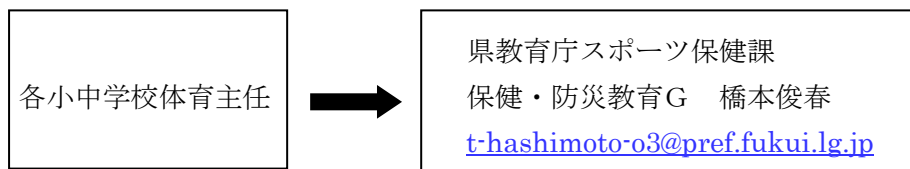
6 報 告

(1) 報告は「時間走の部」、「なわとびの部」各1回とする。

時間走の部・・・【小学校】 平成30年12月3日（月）報告締切 12月中旬、HPで公開
【中学校】 平成31年 3月1日（金）報告締切 3月中旬、HPで公開
なわとびの部・・・【小中学校】平成31年 3月1日（金）報告締切 3月中旬、HPで公開
※報告締切日以降の提出は、順位に反映されないことがあります。

(2) 報告様式に記録を入力し、電子データで県教育庁スポーツ保健課あて提出してください。

- ①報告様式は、シート位置やバージョン（拡張子）を変更しないでください。
- ②欠席者や記録のない児童生徒は、報告から除いてください。
- ③メールのタイトルに市町名と学校名を記載してください。
例【福井市：〇〇小】ザ・チャレンジ報告
- ④報告様式にも市町名、学校名、種目名を記載してください。
例【福井市：大手小】（1～3年短なわ）



※ 児童生徒名（グループ名）は、結果をホームページで公開することを考慮し、実名以外でも構いません。ホームページで、自分の記録を確認できるようなイニシャル・愛称等をつけてください。

7 公 表

(1) 県のホームページにて、結果を公表します。

(2) 各種目・内容別に、学年男女別の記録上位者（上位グループ）の市町名・学校名・氏名（イニシャルまたは愛称）・記録について公開します。

※参加数が200名に満たない場合は、スポーツ保健課で決定します。