



# 学校体育通信 「やまぐちっ子元気維新」

第4号 (夏休み号)

H30(2018).7月

山口県教育庁学校安全・体育課 学校体育班



子どもたちが楽しみにしている夏休みが始まります。運動やスポーツなどに関しても、日頃できないことを行える絶好のチャンスです。

次の【おすすめ】も参考にされ、計画を立てられてはいかがでしょうか。

## 【おすすめ1】運動・スポーツ自由研究

自由研究で、運動やスポーツに関することを調べてみてはどうですか。

○サッカーワールドカップについて

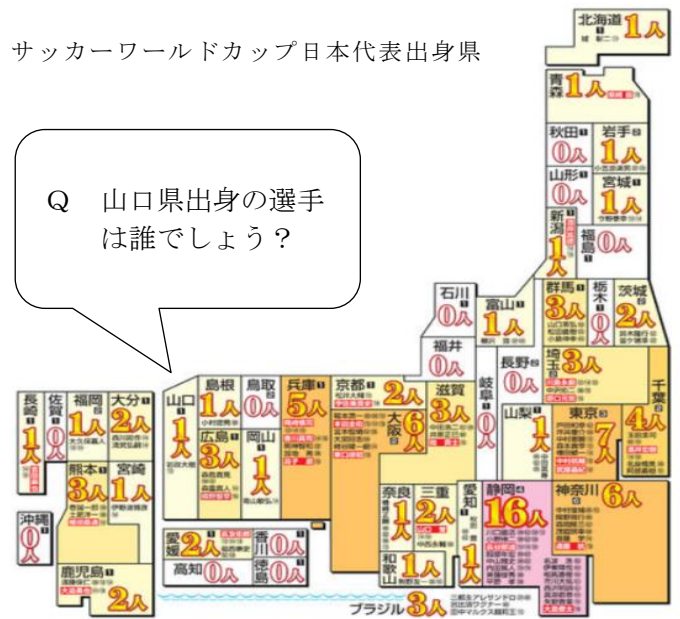
- ・これまでの優勝国は？
- ・出場した国を世界地図で調べる。
- ・日本のワールドカップに出た選手の出身地は？

○オリンピックについて

- ・いつ、どこで始まったの？
- ・メダルの1番多い国は？

など、興味・関心のあることについて調べてみるのもおもしろいですよ。

サッカーワールドカップ日本代表出身県

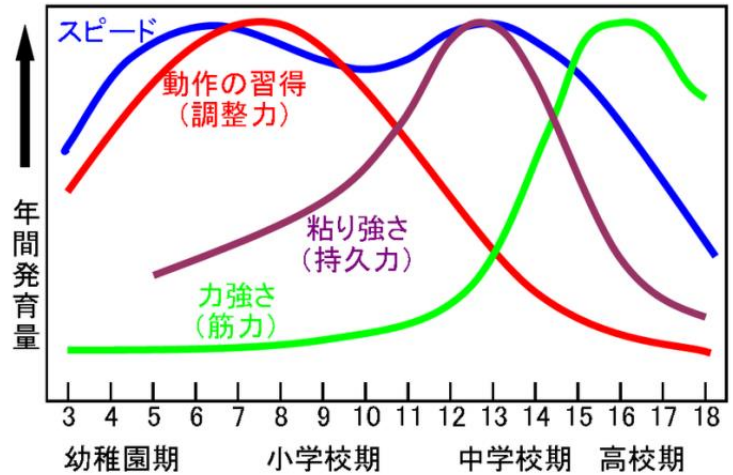


### 【おすすめ3】チャレンジやまぐち

県学校安全・体育課のホームページに、家庭・地域・学校で楽しく取り組む運動遊びプログラム「チャレンジやまぐち」を紹介しています。

幼児期から小学生の間は、神経系が著しく発達する時期で、いろいろな運動遊びを通して、バランスや体の移動など、下の6つの力をバランスよく身に付けていくことが大切です。また、この時期にこれらの力を身に付けておくことは、その後の中学校・高校での運動・スポーツの上達にも大きく影響し、生涯にわたって運動を楽しむ力をつけることにつながります。いつもより、少し時間がある夏休みに、ぜひ家族でチャレンジしてみましょう。

運動能力・体力の年間発育量の年齢別変化



## 6つの力をバランスよくつけていこう!

**バランス**

体の移動 (いどう)

物の操作 (そうさ)

**力の入れ方**

体の柔らかさ

つづけて動く



まずは、ホームページにアクセスしてみてね。

## チャレンジやまぐち

### 記録認定証



名前

( ) さい

得点表

6つの力	種目	月日	得点
バランス	立ってかつした		
	驟れ馬ロデオ		
体の移動	親子ジャンプ		
	親子でつぼう		
物の操作	風船キャッチボール (幼児～低学年)		
	対面ボルトス (中学年～高学年)		
力の入れ方	足であげてキャッチ		
	コアラまわり (幼児～低学年)		
力の入れ方	かえるの足うち		
	壁のぼり		
体の柔らかさ	壁倒立		
	ずわってかつした		
体の柔らかさ	親子リンボー		
	つづけて動く		
合計点			

合計得点・級対応表

級	10級	9級	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級
得点 (幼児～低学年)	0～5点	6～10点	11～15点	16～20点	21～24点	25～28点	29～32点	33～35点	36～38点	39～点
得点 (中～高学年)	0～5点	6～10点	11～15点	16～20点	21～23点	24～26点	27～29点	30～32点	33～35点	36～点

家の人からのメッセージ

**な**にか運動やスポーツにチャレンジしてみよう!

**つ**づけてみよう夏の間

**や**くそく守って安全に

**す**いえい、ラジオ体操、いろいろな運動・スポーツを!

**み**んなですると楽しさアップ

