

## <参考資料等>

○いきいき岡山っ子 体カアッププログラム

岡山県教育委員会 平成22年2月

【URL】[http://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/59696\\_210628\\_misc.pdf](http://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/59696_210628_misc.pdf)



体育・保健体育の授業で活用できる120の運動例を紹介し、それらを運動領域と体力要素のそれぞれの観点から分類し、目的に合わせた組み合わせができるようまとめたもの。

○いきいき岡山っ子 体カアッププログラム ハンディーバージョン

岡山県教育委員会 平成25年2月

【URL】[http://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/334422\\_1572475\\_misc.pdf](http://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/334422_1572475_misc.pdf)



「いきいき岡山っ子 体カアッププログラム」を授業現場でより使いやすいものにするため、内容の見直しを行い作成したもの。5つの体力要素に分類した55の運動例を紹介。

○「みんなでチャレンジランキング」

【URL】<http://www.oka-challeran.jp/>

子ども達が様々な運動にチャレンジし、その楽しさを味わうことができるきっかけの一つとして実施しているもので、幼児から高等学校までを対象として、様々な運動（遊び）に取り組み、その記録をHPに入力することで、インターネット上で県内の学校園で競うことができるもの。種目としては、長縄跳びや馬跳び、一輪車、ボールを使ったのパスラリー等がある。

☆「いきいき岡山っ子 体カアッププログラム ～追加プログラム～」と合わせて、御活用ください。