

「いきいき岡山っ子☆運動習慣カード」実施要項

1 目的

ビンゴカードの要素を取り入れた「いきいき岡山っ子☆運動習慣カード」を配付し、児童自らが4週間の運動や体を動かす遊びの実施状況を把握することで、自発的かつ継続的に運動しようとする意欲を高める。

2 対象

公立小学校、特別支援学校〔小学部〕（岡山市を除く。）

3 期間

1回目：令和4年 5月30日（月）～令和4年 6月26日（日）

2回目：令和4年10月 3日（月）～令和4年10月30日（日）

3回目：令和5年 1月16日（月）～令和5年 2月12日（日）

※定められた期間に実施できない場合、学校ごとに任意の4週間を設定し、実施する。

4 取組方法

(1) カードをA4サイズのコピー紙等に両面印刷（短辺とじ）する。

(2) やまおり線に沿って二つ折りにし、A5サイズにする。

(3) カードに記載されている4週間で、運動や体を動かす遊びをした時間に○を付ける。

【午前（朝）】

- ・登校前の時間や授業前の時間、業間休み等
- ・休日は、朝起きてから正午までの時間

【午後（昼）】

- ・昼休みや放課後の時間等
- ・休日は、正午から夕方までの時間

【午後（家に帰ってから／夕方）】

- ・家に帰ってから寝るまでの時間等
- ・休日は、夕方から寝るまでの時間

【その他】

- ・運動や体を動かす遊びには、体育の授業と通学の時間は含まない。
- ・スイミングスクールやスポーツ少年団等の練習や大会は、運動した時間に含む。
- ・たて・横・ななめで○が3つ並ぶとビンゴになる。

(4) 4週間の取組が終わったら、裏表紙のビンゴ達成認定証等記入する。

※16ビンゴ以上達成者 → 運動マスター

5 その他

(1) 「いきいき岡山っ子☆運動習慣カード」は、毎学期初めに電子データで送付する。

(2) 次の条件を満たした児童に優秀章（運動マスターバッジ）を送付する。

①年間3回以上、「いきいき岡山っ子☆運動習慣カード」を活用した運動習慣づくりを行う。

②年間2回以上、16ビンゴ以上を達成する。

※優秀章送付希望の学校が多数の場合、抽選になることがある。