

記録申告用紙(FAX用) 「短縄跳び全道大会」(家庭・地域部門)

家庭・地域・児童生徒のみなさんへ

短縄跳び全道大会 ～なわとびトライ・なわとびチャレンジ・なわとびスピード～

北海道教育委員会では、児童生徒のみなさんの普段の生活に手軽な運動を取り入れてほしいと願っており、「どさん子元気アップチャレンジ」を実施しています。

長期休業中は、勉強や読書にじっくりと取り組むほか、運動をとおして体力を高めるのにふさわしい時期です。

北海道教育委員会では、この度、夏休みや冬休みの時期にあわせて「短縄跳び全道大会」を開催することとしました。

みなさんの記録は、北海道教育委員会のWebページに、学年ごとのランキングとして掲載し、上位3位までに記録証を差し上げます。

「短縄跳び全道大会」の行い方

■ 行う期間

- 夏の期間 (令和4年7月15日～令和4年8月31日までの間)
冬の期間 (令和4年12月16日～令和5年1月31日までの間)

■ 行い方

- 「なわとびトライ」は、90秒間で、両足跳び(前まわし1回跳び)が成功した回数を、「なわとびチャレンジ」は、60秒間で、二重跳び(前2回まわし1回跳び)が成功した回数を、「なわとびスピード」は、30秒間で、かけ足跳び(前まわし片足交互跳び)が成功した回数を大人の人に数えてもらいます。

- 失敗しても時間内は続けて行うことができますので、失敗以降の回数も加算してカウントします。
使用する縄の長さや種類は自由です。

■ 注意点

- 準備運動や用具の点検をしてから行ってください。
広くて危なくない場所で行ってください。
暑いときは水分をとりながら行ってください。

■ 記録の送り方

- 下の枠に記録や名前などを書いて、FAXで送ってください。
学校の先生にもってくるように言われた場合は先生に渡してください。
ランキングは名前ではなく、ペンネームで行いますが、おかしなペンネームは失格となるので気をつけてください。

FAX番号 011-272-1234

令和 年 月 日

北海道教育庁学校教育局健康・体育課健康・体育指導係 宛

Form with fields for 記録 (Record), 氏名 (Name), 学校名 (School Name), and ペンネーム (Pen Name). Includes checkboxes for gender and year.