

# 「体力アップ! チャレンジかごしま」記録算定の注意事項について【小学校版】

児童ががんばって取り組んだ成果が、記録の申告に正しく反映されるよう、以下のことを確認してから実施・申告してください。

## 1 「10人でチャレンジ!」(10人で連続長縄跳び) (対象: 中・高学年)

【例】36人学級の場合……A～Dの4チームを作る。

- ① 4人は2回参加する。
- ② 4チームの跳躍回数を合計する。
- ③ 合計回数を40人で割る(10人×4チーム)。
- ④ 学級全員の平均回数を申告する。



Aチーム	……	185回
Bチーム	……	198回
Cチーム	……	140回
Dチーム	……	203回



合計726回(A～Dチームの合計) ÷ 跳んだ人数40人 = 18.15回  
申告回数……18.1回 ※ 小数第2位を切り捨て  
★途中で縄にかかっても、続けて行ってください。  
回数も継続して数えます。

○ 実施・申告学年は、3年生以上です。低学年の申告は、ランキングに反映されません。

## 2 「長縄エイトマン」(長縄8の字連続跳び) (対象: 全学年)

申告回数……3分間で跳んだ回数



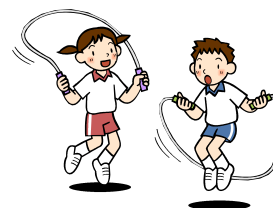
○ 3分間、途中で失敗しても続けて行い、回数も継続してカウントします。

## 3 「レッツ短縄跳び」(みんなでいっしょに短縄跳び) (対象: 全学年)

【例】8人学級の場合

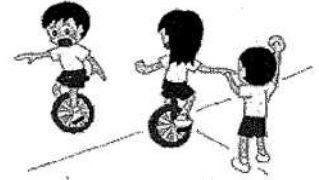
A	……	56回	B	……	89回	C	……	68回	D	……	103回
E	……	69回	F	……	92回	G	……	47回	H	……	110回

合計634回(A～Hの合計回数) ÷ 跳んだ人数8人 = 79.25回  
申告回数……79.2回 ※ 小数第2位を切り捨て  
★跳び方は、1回旋1跳躍でかけ足跳びではありません。



○ 1分間、途中で失敗しても続けて行い、回数も継続してカウントします。

## 4 「一輪車でGO！」（一輪車リレー）（対象：全学年）



【例】9人学級の場合  
リレーのタイム……58秒÷9人＝6.444秒  
申告記録……6.5秒 ※ 小数第2位を切り上げ

- 極小規模校においては、5人以下の実施でも申告可能です。ただし、1人のみの実施は、申告できません。

## 5 「馬跳びピョンピョンピョン！」（連続馬跳び）（対象：全学年）

【例】11人学級の場合……2人組が6組（1人は2回参加）

A組……58回	B組……49回	C組……32回
D組……63回	E組……55回	F組……50回

合計307回÷跳んだ人数12人＝25.58

申告回数……25.5回 ※ 小数第2位を切り捨て

★1人が往復跳び、次にペアの相手と交代します。



- カウントする回数は、「跳んだ回数」です。  
※ 1人が「往復」跳ぶので、「2回」跳んでペアの相手と交代です。
- 割る数の「跳んだ人数」は、必ず「偶数」となります。

## 6 「2人でさっさっ」（手つなぎ横跳び）（対象：全学年）

【例】15人学級の場合……2人組が8組（1人は2回参加）

A組……20回	B組……22回	C組……24回	D組……34回
E組……18回	F組……31回	G組……19回	H組……15回

合計183回÷跳んだ人数16人＝11.43

申告回数……11.4回 ※ 小数第2位を切り捨て

★2人の回数が違う場合は、少ない方を記録とします。



- 制限時間は、「20秒」です。
- 「跳んだ組」ではなく、「跳んだ人数」で割って記録を出します。
- 割る数の「跳んだ人数」は、必ず「偶数」となります。

## 7 「のばしてコロコロ」（対象：全学年）

【例】8人学級の場合

Aさん……8回	Bさん……10回	Cさん……12回	Dさん……15回
Eさん……6回	Fさん……9回	Gさん……11回	Hさん……7回

合計78回（Aさん～Hさんの合計回数）÷人数8人＝9.75

申告回数……9.7回 ※ 小数第2位を切り捨て

- 制限時間内（1分間）に、ボールを転がしながら体の周囲を回した回数を申告します。



