令和9年度「体力アップ・マイベストチャレンジ!」

子どもたちが運動することの喜びや楽しさを感じられるよう、体力合計点だけでなく、個人ごとの伸びや頑張りを評価・顕彰し、子どもたちの運動に対する関心や意欲を高める。

＜　目 的　＞

- 体力向上への意欲を高める
  新体力テストの8項目の中から、自分が記録を伸ばしたい2項目を選んで自己記録更新を目指す
- 運動習慣の定着を図る
  自己記録更新に向けて、一人ひとりが学校と家庭で具体的な取組を継続して行う

＜　スケジュール・事業内容　＞

令和8年
9月
～

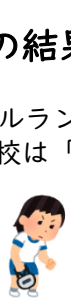
●参加校募集

・参加を希望する小学校及び特別支援学校小学部の１～５年生の児童と中学校・中等教育学校（前期課程）及び特別支援学校中学部の１～２年生の生徒。
※岡山市を除く、先着10,000人程度（参加は学校又は学年単位）

●参加校決定

●目標設定（令和８年度新体力テストの結果から）

・「握力」「上体起こし」
「長座体前屈」「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」
「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」※中学校は「ハンドボール投げ」
から**２項目選ぶ**。
・選んだ２項目の令和９年度新体力テストでの
目標得点を**一人ひとりが設定する**。



苦手の「握力」を２点から４点にしたい。



得意の「反復横とび」を８点から９点にするぞ。

※１人１台端末でも取り組めるようにスプレッドシートでのデータ提供も行います。学校の実態に応じて御活用ください。

小学校URL：https://docs.google.com/spreadsheets/d/1maJ_XvEh_oibcy8edL09U8FW8wvIo1rK/copy?gid=1430

中学校URL：https://docs.google.com/spreadsheets/d/1B55Rs_NTOCeR_mXyZ71DYzDIUQ9sDkMv/copy?gid=1555384401#gid=1555384401

本件担当者へお問い合わせください。

※新体力テスト（県悉皆調査）データを自動反映できるExcelデータも提供しています。

●目標達成に向けて取組開始

・目標達成に向け、一人ひとりが学校と家庭で取り組むことを決め、継続して実施する。

【学校での取組例】

- 休み時間に外に出て遊ぶ。
- 鉄棒や雲梯などの遊具遊びをする。
- 「みんなでチャレンジランキング」にエントリーする。
- 「体力アッププログラム」に紹介されているプログラムをする。

チャレンジ　体力アップ

【家庭での取組例】

- お風呂の中でグーパー運動をする。
- お風呂上がりにストレッチをする。
- 休みの日に家族とキャッチボールや縄とびをする。
- YouTube「新体力クエスト」に紹介されている運動をする。



クエスト

令和９年
４～７月

●令和９年度新体力テスト実施

令和９年
９月以降

●表彰

次のいずれかを達成した児童生徒を表彰する。
①選んだ２項目の得点合計が令和８年度の結果より３点以上アップした児童生徒
②令和９年度新体力テストの体力合計点が７４点以上の児童生徒
※優秀章として、マイベストバッジを送付する。



マイベストバッジ

＜　令和８年度「体力アップ・マイベストチャレンジ！」参加状況　＞

参加校数	参加人数	目標達成人数	目標達成率
７６校	８，０９２名	３，４０４名	４２．１％

令和８年度は過去最高の参加人数でした



＜　令和８年度参加校の声　＞



【小学校】

- 昨年度よりも達成者数が多くなりました。昨年度よりも児童に浸透していたので、昨年度以上に励みになっていたと思います。来年度も続けていきたいと考えています。
（倉敷市立旭丘小学校）
- Aバッヂがとれなくても、頑張ったことが目に見えて、別のバッヂがもらえることで児童の意欲に繋がっています。
（津山市立高倉小学校）
- 本校では、毎年平均値が低い握力と長座体前屈について、継続して全校で取組を行っている。運動自体が苦手な児童でも、一定数の成果が出ていると思う。
（総社市立総社西小学校）
- 自分の苦手な種目を本人が意識して取り組めるのがよい。何をしたいのかはっきりするので、場の設定等、教員が支援をしやすい。
（新見市立新砥小学校）
- 結果を見ると、どの種目を選んでもアップしている児童が多かったです。来年度も取り組みたいと思います。
（真庭市立樫邑小学校）

【中学校】

- 自分が伸ばしたいと決めた種目については特に準備運動や練習を念入りにして、目標が達成できるように頑張って取り組んでいました。
（井原市立井原中学校）
- 長期休業中にも、課題としてトレーニングに取り組むようにしています。なかなか継続してできないのですが、意識付けになったと思います。１点でも上げようとチャレンジする生徒は多かったように感じました。
（美作市立勝田中学校）

＜　参加申込み　＞

令和9年度「体力アップ・マイベストチャレンジ!」への参加を希望する学校は、下記URL又は二次元コードから必要事項を回答ください。

【URL】https://forms.gle/v4yHyE4YT5sgCQHR9

R９申込

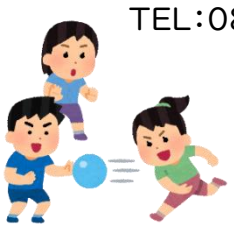
【募集期間】令和8年9月～令和9年１月29日（金）　※延長する場合あり

・募集期間内であっても、定員に達した場合、募集を終了することがあります。

【問合せ先】岡山県教育庁保健体育課　学校体育班　指導主事（主幹）　小河　直之

E-mail：naoyuki_kogawa@pref.okayama.lg.jp

TEL:086-226-7592







©岡山県「ももっち」