

ステップ3- (5) 全校なわ跳び・なわ跳び大会

全校なわ跳び 事例(4)

○ 短なわ・長なわを使った運動の楽しさを大切にしながら取り組みましょう。

- ①多くの技を知り、できるようになる楽しさ
- ②できる回数が増える楽しさ
- ③様々な新しい遊びを工夫する楽しさ

例：回っている長なわの中でボールをドリブル

- ④みんなで集まって取り組む楽しさ

○ 短なわでは、次のような時間を設定してみましょう。

- ①今できる跳び方を楽しむ時間
- ②新しい跳び方にチャレンジする時間
- ③学年に応じた課題にチャレンジする時間

例：1年生 前跳び



○ 取り組む集団の形態を工夫しましょう。

- ①全校一斉
- ②学級集団
- ③縦割りグループ 等

なわ跳び大会 事例(5)

○ 全校なわ跳びのまとめとなるなわ跳び大会を計画しましょう。

○ なわ跳びが苦手な児童も、積極的に参加できるルールや実施方法を工夫しましょう。

○ 児童の人間関係がさらに広がり、深まる大会を工夫しましょう。



ステップ4 業前・業間運動の活性化

- 児童に十分な運動量を確保するためには、体育科の学習時間と合わせて業前や業間に運動（遊び）の時間を確保しましょう。
- 委員会活動の中で、伝承遊び、一輪車遊び、竹馬遊び等を紹介して取り組むなど、様々な遊びを体験させましょう。
- 外遊びボランティアや活動の様子の広報を依頼する等、保護者や地域の方々の理解や協力を得ましょう。

【業前・業間運動の例】

朝のかけ足・サーキット遊び

「一校一運動」として、年間や学期を通して取り組む。

クラス全員遊びの時間

1週間に2回程度、業間休みか昼休みに、クラスの全児童で外に出て遊ぶ。教職員も週1回は外に出て一緒に遊ぶ時間を設ける。



〇〇小学校カップ

学期に1度「〇〇小カップ」と称した大会を各学年（もしくは、低・中・高学年）で開催し、その学年に応じた運動（遊び）をみんなで楽しむ。



「外遊び・みんなでチャレンジ！」の活用


奈良県教育委員会保健体育課主催の「外遊び・みんなでチャレンジ！」に積極的に取り組み、ホームページに記録を登録する。保護者や地域の方々の協力も得ながら進める。

http://www.pref.nara.jp/dd_aspx_menuid-3663.htm



ステップ5 体育環境整備

- 事務職員や教頭先生、また、学校開放により学校の運動場や体育館を使用している諸団体の関係者とも連携を図りながら体育環境を整備しましょう。

	<p style="text-align: center;">体育学習の特別教室！</p> <p>体育施設</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 運動場の整備 ・ 体育館の整備 ・ プールの整備 
--	---

体育倉庫

事例(6)

体育倉庫の体育備品等が適切に整理されていれば、よりよい体育学習や体育的行事を展開する上で、以下のような利点があります。

<児童にとって>

- ・ 短い時間で準備ができる
- ・ 体育備品を、いつでも手軽に活用できる
- ・ 安全に、自分たちの「運動する場」をつくることができる

<教職員にとって>

- ・ 備品管理意識が高まる
- ・ 破損を防ぐことができる



体育備品

- ・ 今ある備品と、今後必要な備品を把握する
- ・ 計画的な購入計画を立てる
- ・ 壊れている物を修繕する
- ・ 手づくり教具を製作する



段ボール箱ハードル

ステップ6 情報の収集と提供

- 校外で行われている各種研修会等に積極的に参加して、必要な情報収集を行きましょう。

- ・ 教育研究所の研修講座
- ・ 実技講習会
- ・ 指導法の研修会
- ・ 研究大会



- 校内研修を行って、情報を共有しましょう。

- ・ 体育実技研修
- ・ 教材、教具の紹介
- ・ 外遊びの紹介

- 放課後の短い時間を活用した、ミニ研修は手軽に行えます。



- 体育学習に役立つ資料を紹介しましょう。

【参考】

- ・ 小学校体育まるわかりハンドブック

(平成 23 年 文部科学省)

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1308041.htm

- ・ 学校体育実技指導資料 第8集 ゲーム及びボール運動

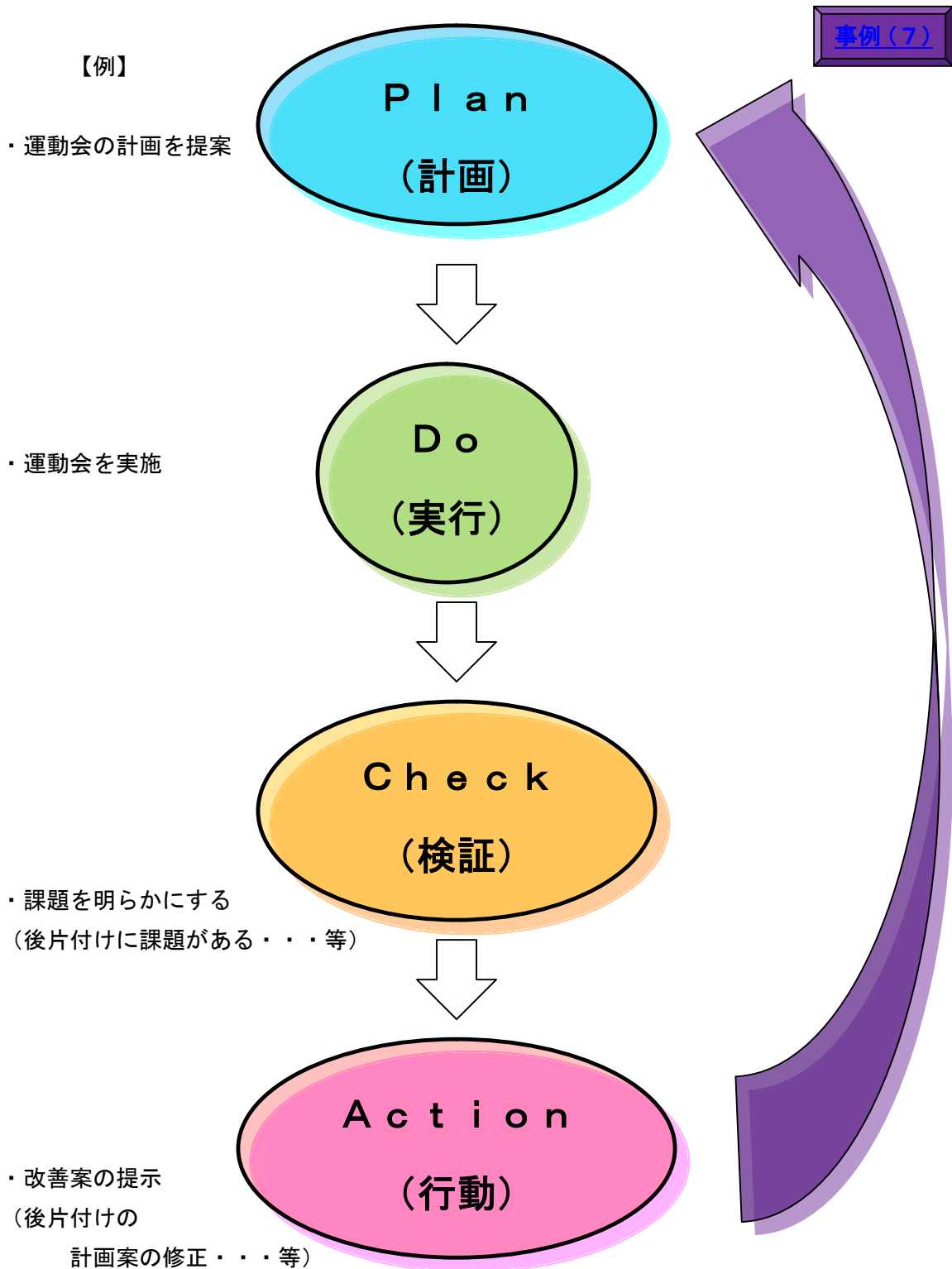
(平成 22 年 文部科学省)

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1294600.htm



ステップ7 次年度に向けてチェック・アクション

- 次年度のさらなる活動の充実に向けてPDCAサイクルを活用しましょう。



<参考文献>

- 「奈良県小学校教科等指導資料」 平成 22 年 奈良県教育委員会
- 「平成 24 年度 学校体育必携」 奈良県教育委員会事務局保健体育課
- 「元気な大和っ子を育む体力向上支援プログラム」 平成 23 年 奈良県教育委員会
- 「体力向上指導マニュアル（総合版・簡易版）」 平成 23 年 奈良県立教育研究所
- 「体力向上モデルプラン集 明日から使える体育学習（DVD）」 平成 23 年
奈良県立教育研究所
- 「小学校体育まるわかりハンドブック」 平成 23 年 文部科学省
- 「学校体育実技指導資料 第 8 集 ゲーム及びボール運動」 平成 22 年
文部科学省
- 「学校体育実技指導資料 第 4 集 水泳指導の手引き（2 訂版）」 平成 16 年
文部科学省
- 「学校における水泳プールの保健衛生管理」 財団法人 日本学校保健会

<研究協力校>

斑鳩町立斑鳩西小学校

王寺町立王寺小学校

<平成 24 年度 「体力向上ガイドブック」 作成担当者>

県立教育研究所

研究指導主事 川口浩史

体力向上推進コーディネーター 浦林 潔

体力向上推進コーディネーター 堀内正樹