

運動機会創出に向けた取組「web なわ跳び広場」の開催

宮城県教育委員会

Plan…取組時の課題と目的

1 取組時の課題

平成23年3月11日、東日本大震災で被災した本県においては、学校体育施設等への被害、及び校庭への仮設住宅の建設等で、児童の十分な運動環境を確保することが極めて困難な状況を余儀なくされた。そのような制限のある環境の中で、児童の運動量を確保するための方策を図ることが大きな課題であった。

そこで、そのような環境下でも効率よく全身運動に取り組むことが可能ななわ跳びを取り上げ、「web なわ跳び広場」-長なわ跳び・短なわ跳び大会-を平成26年度から開催することとした。

2 取組の目的

- ① HP 上において長なわ・短なわ跳び大会を開催し、限られたスペースと時間の中でも効率よく全身運動に取り組むことにより、体力・運動能力の向上を図る。
- ② 仲間と一緒に活動することを通して、児童の運動に対するきっかけづくりや、学級の絆を深めるための一助とする。

Do…取組の内容

参加対象 県内全小学校（原則として学級単位）

実施期間 各年度前期大会 5月下旬～7月上旬
後期大会 11月～2月

種目及びルール

(1) ルール

- ① 制限時間に跳んだ回数の総計を記録とする。
- ② なわが体にかかり跳べなくなった場合でも、そこからカウントを続けることとする。

(2) 実施方法

【長なわ8の字跳び】

- ① 学級全員の参加を原則とする。
- ② なわを回した状態から掲示係の号令で開始する。
- ③ 一人ずつ入って、跳んで、抜ける。

【短なわ跳び】

目標達成種目…制限時間内に3段階に設定された目標回数のクリアに向け挑戦する。
(前回し跳び、後ろ回し跳び等)

記録向上種目…制限時間内に跳んだ記録を登録する。
(二重跳び、ペア跳び)



●工夫したこと

～「未来を担うみやぎっ子」体力向上キャンペーン～ webなわ跳び広場



大会 HP 上に県教委から指定した学校IDとパスワードを用いて「ログイン」し、記録を登録する。大会開催中は、各学級が何回でも記録への挑戦、及び記録の登録が可能とした。

長なわ跳びについては、学級の在籍人数によりカテゴリーを設け、無理なく参加できるものとした。また、長なわ・短なわ跳びともに教師が立ち会って実施・確認し、記録の登録を行うものとし、競技の公平さを担保した。

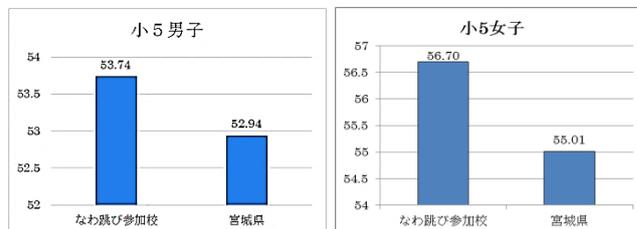
記録の閲覧は、大会HP上で常時閲覧可能とした。

Check…取組成果の評価

H28 後期長なわ跳び参加校 175校 990チーム

H29 後期長なわ跳び参加校 156校 898チーム

【全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から】
体力合計点にみる参加校と宮城県平均との比較



Action…今後の課題

なわ跳び以外の種目についても、本県の種目別課題、及び各校の実態に応じて、本システムを活用した体力・運動能力向上に向けた支援策を講じていく。

◎体力の向上の取組がもたらす波及効果

参加に当たり、各校において体育活動年間指導計画に位置付けるなどの組織的取組が促進された。また、児童は仲間と一緒に活動することを通して、互いの絆を深めることにつながっており、学級づくりに大きく寄与している。

*詳細は、<http://miyagi-powerup.jp/strength> 参照

