



長縄にも挑戦!!



新冠町立新冠中学校

中学校の体育の教育課程では、単元として縄跳び運動を扱うものはありませんが、授業の際に部分的に補強運動として縄跳びを取り入れる他、縄レンジャーにヒントを得て、ダンス領域における集団表現に取り入れています。さまざまな技を集団でリズムに合わせて表現する活動は、今までの縄跳び運動の集大成と言えます。

昨年度行われた、縄レンジャーの事業に、本校は参加できませんでしたが、当日の様子のDVDを体育の時間に視聴し、映像を参考にさまざまな新しい技に挑戦しました。その様子についてもホームページで紹介し、新冠町として縄跳び運動を重点的に進めていることを紹介しています。

最後に、特集記事の編集にあたり、沼倉先生をはじめ、こども園・各学校には、多忙中にも関わらず、記事作成にご協力いただき、ありがとうございました。

新冠町立朝日小学校

朝日小学校では、縄跳びの跳び方を体育館の壁面に掲示したり、タブレットで跳び方の見本動画を見ることができるようにしました。『なわとびカード』をつくり、決められた回数や跳び方がクリアできたかどうか記録化することで、意欲的に取り組むことができました。また、なわとび集会を行い、長縄の跳んだ回数を競い合い、楽しみながら体力の向上を図ることができました。

縄レンジャー！



風に幼小中連携の一環で行われた新冠町体力向上推進事業「縄レンジャー」。中学校は授業の時間に参加できませんでしたが、その時に撮影された映像を見ながら、さまざまな技に挑戦です！

簡単に縄レンジャーのように跳べませんが、さすが中学生！コツを掴んで、どんどん上達しています。



縄レンジャーの パフォーマンスに挑戦!!

こども園・各小中学校の縄跳びの 取り組みをご紹介します!!



新冠町の認定こども園、各小中学校では、町教育執行方針にある「幼小中連携による縄跳びを通じた体力づくり」の方針を受けて、平成28年度より縄跳びを活用した、体力向上に向けての取り組みを行っています。
このページでは、どんな取り組みを体育の授業などで行っているか、お聞きしてきましたのでご紹介します。

こども園・各学校ではこんな取り組みを行っていました!!



リズム縄跳びに挑戦!!



新冠町立新冠小学校

新冠小学校では、体育の時間や休み時間に、単縄、ペア、大縄跳びなどに取り組んでいます。

昨年度の後期には、体育館壁面掲示の跳び方イラストや手本動画を見ながらたくさんの技に挑戦し、個人カードに記録しました。3月に1・6年、2・5年、3・4年のグループで、その成果を発表し合い、身に付けた力を確かめることができました。

新冠町立認定こども園ド・レ・ミ

認定こども園ド・レ・ミでは、石狩市総合型地域スポーツクラブアクトに縄跳びの講師派遣を依頼して、縄跳び教室を年4回開催しています。

縄跳び教室では、縄を使わないで身体を動かしながら跳ぶ動作を自然に覚えられるように、手拍子や音楽を流しながらリズムジャンプを取り入れ、リズム感を養うことから始めました。

また、リズム感を養うことで、実際に縄を跳ぶ時のコツをつかみやすくなり、園児たちは前とび・後ろとびを1回、2回と跳ぶ回数がどんどん増え、楽しんで縄跳び教室へ参加しており、おゆうぎ会や保護者参観日に、その成果を発表できるよう日常保育に縄跳びを取り入れています。

昨年のおゆうぎ会の様子



色々な縄跳び技に挑戦!!

