



# コスモス

校訓：支え合い 学び合い たくましく  
学校教育目標

「ふるさとを愛し 志をもって  
チャレンジする子どもの育成」

## 校内なわとび大会～自分の、そしてチームの目標達成をめざして～

なわとび大会のやり方を昨年度までと大きく変更しました。それは、《色別チーム対抗による競争型》から《自分やチームで決めた目標に向かって取り組む達成型》に変えたことです。

初めの種目は【時間とび】でした。目標時間を1分・2分・3分・4分・5分・6分から選びます。自分自身で自分の今の実力に応じた目標を決めてチャレンジしました。結果は、全校で56人の子が自分で決めた目標を達成しました。達成率は全校で40%を少し上回るぐらいです。

- 目標を6分に設定した子が4人いて、4人とも6分を達成しました。時間跳びに自信があり、なおかつ、6分間粘り強く跳んだ証だと思います。
- 目標の設定は1分刻みなので目標を1分にしたもの、達成できなかった子もいました。特にまだなわとびに慣れていない子などは、現時点では力が及ばなかったのかもしれませんが、また、大会での挑戦は1回限りなので、力はあっても発揮できなかった子もいると思います。
- 達成率や一人一人の達成状況を見ていると、長く跳び続ける力があるのに、軽く達成してしまそうな目標を設定したり、逆に、今はまだそれほど長く跳び続けたことがないのに、今の自分の力と大きく離れた目標を設定したりした子はいなかったと感じました。今もっている力に応じた目標を設定できたわけです。

時間とび



続いて【個人種目】。これまで体育の時間や休み時間に使ってきた〈なわとびチャレンジカード〉にある種目の中から、自分が挑戦する種目(技)とその目標回数を決めてチャレンジしました。制限時間は3分間。何回でもチャレンジできます。回数チェックは、1・2・3年生が跳ぶときは、同じ色別チームのペア学年の4・5・6年生が行いました。4・5・6年生が跳ぶときは、同じ色別チームの中の1班と2班とで確認し合いました。目標の達成率は、全校で50%を少し上回るぐらいでした。

種目とび



- 多くの子が、自分のこれまでの最高記録を上回ることを目指して目標を設定したのだと思います。3分間チャレンジできるので、失敗してもやり直せます。しかし、何度も何度もやると疲れも出てきて、記録が上がらないこともあります。どの子も最後まで粘り強くチャレンジを続けていました。

最後は【8の字跳び】です。長なわを2人が回し、他の子は1人ずつ入って跳んで出る。その動線が8の字になる集団種目です。これは、色別チーム種目として行いました。ペア学年は6・1年、5・3年、4・2年です。4色で、各色3つのペア学年で行うので、3(グループ)×4(色)=12(グループ)で、各グループ概ね10人ぐらいです。その中で、上の学年の2人の子が回し、あとの8人ぐらいの子が跳びます。慣れない子にとっては、入るタイミングが分からなかったり、なわが当たるのが怖かったりして、かなり難しいのですが、体育の時間に練習したり、水曜日の朝の〈なかよし〉の時間に練習したり、昼休みに色別で体育館で練習できる時間を2回程度とって練習したりしたことで、1月に始めた頃からは見違えるほど上達しました。この種目も、競争型でなく達成型でしました。チーム対抗の競争型で行った場合、現時点では苦手な子への対応や、入れるけれどもかなり苦手意識がある子への対応等々を考えた場合、気持ちの面で無理を強いることにつながりかねません。そういったことを考えると、競争として行うよりも、チームの目標の達成を目指して行うことの方が、子どもたちにとって価値があると考えています。

8の字とび



結果は、12グループ中3チームが目標を達成しました。ほとんどのグループがこれまで5回の練習での最高記録を上回る回数を目標に設定していました。中には挑戦意識がかなり高く、これまでの最高よりも30回も多い回数を目標に設定したチームもありました。結果は残念でしたが、それでも自分たちのグループベストを21回も上回る記録を出しています。これも大きな成果です。

競争型から達成型にやり方を変更して実施した成果と課題を検討し、次年度の取組に生かしていきたいと考えています。大会は終わりましたが、狭い場所でも・自分一人でも・ちょっとした時間にでも取り組める、そして、器用さ・ジャンプ力・持久力などを高めることができるなわとび運動を、これからも大切にしていきたいと考えています。