



ポイント!  
ここが

体育朝会(集会)では、全校や学年ごと、低・中・高学年ごとなどたくさんの人数が同じ場所で運動を行うことが多いと思います。「長なわ」は、限られたスペースで、短時間でも、みんなが体を動かす楽しさを味わえると同時に、友達との交流も深めることができる運動です。また、朝会(集会)で取り上げることがきっかけで、休み時間などに行われるようになることも多く、運動遊びの活性化を図る上でも有効であると考えます。



ねらいの設定

「みんなでたのしく運動する」ことが大きなねらいになると思いますが、「集団で行う」という長なわの特性から、「運動を通して友達との交流」も図ることができます。また、「運動遊びの日常化」につなげることもできます。どのような「ねらい」を設定するかにより、活動の味つけも様々に異なってきます。

- 「みんなで楽しく運動する」  
.....どのような跳び方で楽しむのか?
- 「運動を通して友達との交流を深める」  
.....どのようなグループで楽しむのか?
- 「運動遊びの日常化につなげる」  
.....どのように朝会(集会)を位置付けるのか?

どのようなグループで楽しむのか?

どのような友達との交流を深めたいかによりグループ編成が異なってきます。また、グループ編成により、どのような跳び方で楽しむかも異なってきます。

- 男女で/学級で/学年で/異学年で  
《例》「一年生と“大波小波”をやるう」



どのような跳び方で楽しむのか?

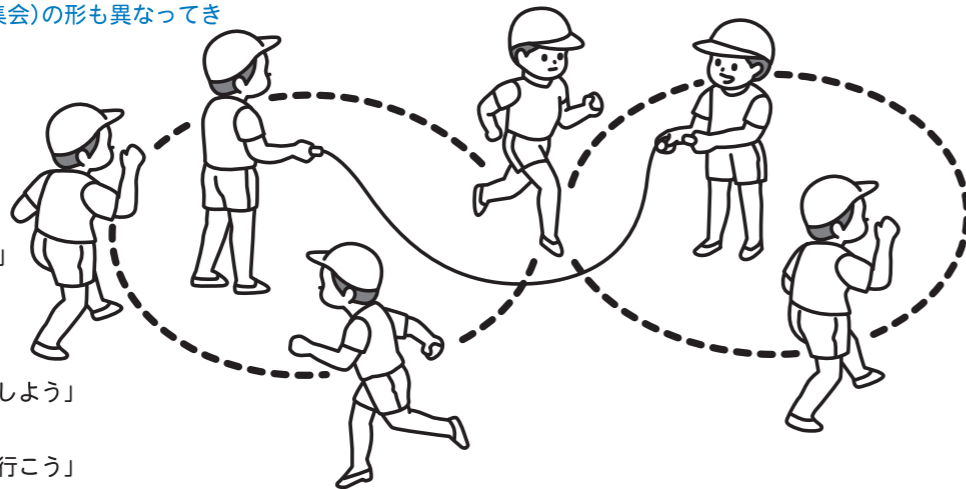
長なわには様々な跳び方があります。どのような跳び方をどのような目標で行わせるかにより、朝会(集会)の形も異なってきます。

★みんなで同じ跳び方をする

- グループで競い合いを楽しむ  
《例》「最高記録は〇年〇組でした」
- 全体が共通の達成感を味わう  
《例》「全校合計では〇〇回跳べました」

★いろいろな跳び方に挑戦する

- グループ単位で跳び方を選択  
《例》「うちのクラスは〇〇跳びに挑戦しよう」
- 自分がやりたい跳び方を選択  
《例》「わたしは〇〇跳びのコーナーに行こう」



どのように朝会(集会)を位置付けるか?

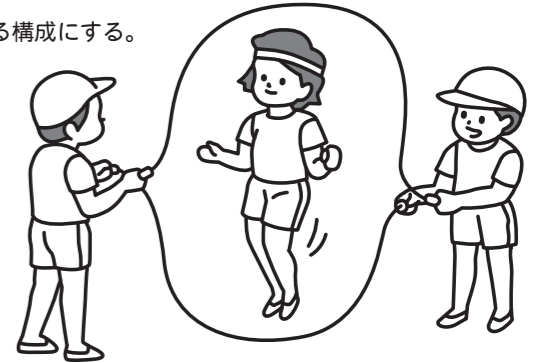
どのようなねらいで行うかにより、時期や形式(内容・回数)も異なってきます。

★「みんなで楽しく運動する」「友達との交流を深める」を主なねらいとする場合

- 時期.....年度や学期の始め・終わり、全校行事の前など
- 形式.....その場でできる易しい跳び方で、みんなが楽しめる構成にする。  
《例》学級や異学年グループで協力しながら仲良く行う1回完結型

★「運動遊びの日常化につなげる」を主なねらいとする場合

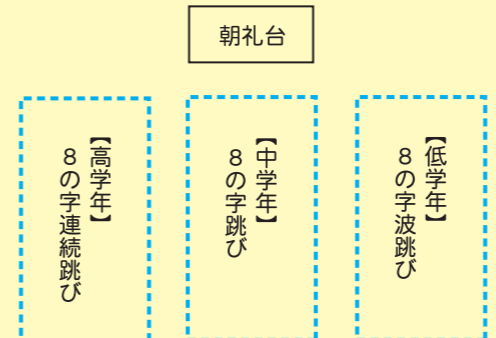
- 時期.....外遊びがおっくうになる冬季(12月~1月頃)  
「なわとび週間(月間)」などを実施する場合はその前後
- 形式.....なわとび週間(月間)と運動させたり複数回の構成にしたりする。  
《例》跳び方やカードの使い方などを紹介するオリエンテーション型  
取り組みの成果を発表したり競ったりする競技会型など



体育朝会(集会)の実施例

学級対抗で競い合いを楽しむ

- 課題の掲示・説明をする
  - 体育委員会などがやって見せるとよい
  - 学年の発達段階にあった課題を設定する
- 学級に分かれて課題に取り組む
  - 軽快なBGMなど流すとよい
  - 1回3~5分程度を2回程度行う
- 集合・整列する
- 結果の集計、成績発表をする



自分がやりたい跳び方を選ぶ

- 集合・整列する
- 場の説明をする
  - どの学年でも楽しめる場を設定する
- 自分がやりたい場を選んで取り組む
  - 体育委員会や教師がそれぞれの場で回し手を分担したりするとよい
  - 軽快なBGMなど流すとよい
- 集合・整列する
- 場ごとの活動報告をする

