

「WEB なわ跳び広場～長なわ・短なわ跳び大会～」実施要項

宮城県教育委員会

1 目的

- ① 県教育委員会では、各学校において取り組んだなわ跳びの記録を WEB 上に登録することにより、いつでも何度でもチャレンジし競い合うことが可能となる「WEB なわ跳び広場」を開催し、運動機会の創出と体力・運動能力の向上を目指す。
- 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。

2 効果

短なわ跳び運動は、巧緻性、敏捷性や持久力など、多方面の効果が期待でき、場所を選ばず、短時間に、少人数でも取り組める親しみやすい種目である。また、ペア跳びは、友達と励まし合ったり、認め合ったりしながら協調性等を養うことにも適している。

また、長なわ跳びにおいては、仲間と一緒に活動することとおして、学級の絆を育むことができ、2つの種目を実施することで相乗効果が期待できるものである。

3 参加対象 県内全小学校

4 実施期間

期 間	月 日	長なわ跳び大会	短なわ跳び大会
前 期	6月 3日 ～ 7月 12日	○	○
後 期	10月 28日 ～ 11月 29日	○	○
	12月 2日 ～ 2月 28日	○	○

5 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) 実施方法等

区分	種 目	実施方法等	目標達成 種目	記録向上 種目
長 な わ 跳 び	8の字跳び	①学級全員の参加を原則とする。(ただし、けがや病気でやむを得ず参加できない場合はその限りではない。 ②なわを回した状態から計時係が号令をかけてスタート。 ③回し手の一方は教師でもよい。(回し手の 1 人は児童とする。) ④一人ずつ入って、跳んで、抜ける(8の字跳び)。 ④なわがひっかかって跳べなかったり、跳ばずに通り抜けたりは回数は回数に数えない。		☆
短 な わ 跳 び	個人			
	前回し跳び	両足跳びで実施する。	■	
	後回し跳び	両足跳びで実施する。	■	
	二重跳び	特になし		☆
	ペ	2 in 1	■	
	ア	連鎖跳び		☆

(3) 目標達成種目 (■) の制限時間と目標回数

			制限時間		
			低学年	中学年	高学年
			1分	1分30秒	2分
目標回数	個人	前回し跳び	100回	200回	300回
		後ろし跳び	90回	180回	270回
	ペア	2in1	60回	100回	200回

※ 規定時間内に学年によって設定された目標回数をクリアした場合に登録できる。

(4) 記録向上種目 (☆) の制限時間

	低学年	中学年	高学年
長なわ8の字跳び	3分	3分	3分
個人(二重跳び)	20秒	40秒	1分
ペア(連鎖跳び)	1分	1分30秒	2分

※ 失敗した回数に関係なく、制限時間内に跳んだ回数を登録する。

6 参加上の留意点

(1) 長なわ跳び大会

- ① 大会開催期間中は、各学級が何回でも記録の挑戦、及び記録の登録ができる。
- ② 学級の在籍人数により以下のカテゴリーで参加する。

カテゴリー1	カテゴリー2	カテゴリー3
9人以下	10人以上25人以下	26人以上

※運動量確保の観点から以下の点に留意し、1学級で複数チームを編成することができる。

- ・ グループ編成をする場合は、1チーム5人以上とする。
 - ・ 1チームほぼ同数の編成とし、チームの人数の差は1人以内とする。
 - ・ 複数チームを編成した場合は各チームの平均値をその学級の記録とする。
- ③ 学校規模で単学年でのチーム編成ができない場合(1学級で4人以下)は、学年の枠を越えてチームを編成し混合学年の部門に登録することができる。

(2) 短なわ跳び大会

- ① 大会開催期間中は、各児童が何回でも記録の挑戦、及び記録の登録ができる。
- ② 一人で複数種目にエントリーすることができる。

7 記録登録および閲覧

- (1) 記録の登録は、「WEB なわ跳び広場～長なわ・短なわ跳び大会～」HP 上から登録する。その際、県教委から指定された学校IDとパスワードを用いて「ログイン」すること。
- (2) 長なわ跳びの記録は教師が立ち会って実施・確認するとともに、記録の登録は教師が行う。
- (3) 短なわ跳びの記録は児童の申告でも可能だが、教師が承認した上で記録の登録を行う。
- (4) 短なわ跳びの記録登録の際の氏名公表については、各学校で保護者に承諾をとる等、十分配慮する。(実名での登録のほか、ニックネームでの登録も可とする)
- (5) 記録の閲覧は、「WEB なわ跳び広場～長なわ・短なわ跳び大会～」HP 上で常時閲覧できる。

8 その他

- (1) 各学校は児童の実態に応じて、教職員の共通理解のもと、体力向上に関する年間計画に位置づけて組織的、計画的に実施できるように配慮する。
- (2) 教職員は、児童の自主的な活動になるよう支援する。
- (3) 児童の健康観察、施設・用具の点検などを行い、安全に十分留意する。