

体育的行事を通じた体力向上に向けた取り組みと現地校との交流

前リマ日本人学校 教諭

埼玉県熊谷市立玉井中学校 教諭 関 春 美

キーワード：在外教育施設の体育的行事、体力向上に向けた実践、現地校との交流

1. はじめに

ペルーにおける治安は決して良いとは言えず、子どもたちが自由に遊ぶことのできる場所はほとんどない。安全に自由に体を動かせる場所は学校とスポーツ施設などである。

また、ペルーは交通渋滞が毎日の時間帯でも起こり、自宅から移動するのにもかなりの時間を要するため、平日のスポーツ施設への移動は難しい。そのため、週末にのみ家族と出かけるケースが多い。

これらのことから学校で体をいっぱい使い、短時間でもたくさん汗をかくような運動のできる機会を多く設ける必要があった。

リマ日本人学校（以下、本校）では、体育的行事を通して、現地日系校と交流する多くの機会があった。子どもたちは異文化を感じるとともにペルーの人たちが大切にしている日本の文化を感じる良い機会となった。

2. リマ日本人学校の体育的行事

4月下旬～ : 日秘友好運動会

5月上旬 (日系人協会が主催し、AELU (Asociación Estadio La Unión) という日系スポーツクラブで行われる日系人・日系校が参加して行われる運動会)

5月下旬 : 運動会

8月下旬 : ラ・ビクトリア校とのサッカー交流試合

10月上旬 : マラソン大会

10月上旬～下旬 : 日系校の運動会に小学部高学年と中学部が参加

2月下旬 : 水泳記録会



リマ日タイムでの縄跳び

3. 体力向上のための取り組み

(1) リマ日タイム（朝の時間）の活用

本校では、朝の時間をリマ日タイムとしており、この時間に読書や運動を行っている。学校行事と絡めながら子どもの体力向上のための取り組みを行った。

① 全校表現（踊り）

例年日秘友好運動会で、全校表現を行っている。私がいた3年間では、『花まつり』という曲を使用し、陸上競技場という大きな会場でも華やかに見える構成を考え、全校生徒で発表した。その発表に向けて、リマ日タイムで全体の動きや踊りのポイントを確認し、練習を重ねた。1曲5分近い踊りは低学年の児童には負担が大きいため、低学年児童の体力を考慮しながら実施した。

② なわとび

6・7・11・12月には、体育委員会が主体となり、縄跳びを行った。

6・7月は短縄を行った。一人ひとりが自分の目標に向かって挑戦できるように「なわとびチャレンジカード」を数種類作り、活用した。これは、体育の授業と関連して実施し、子どもの意欲向上につなげた。新しいカード

をもらう喜びと挑戦する意欲につながる良い方法であった。

リマ日タイムでは、全校児童生徒が中庭に集まり、体育委員の見本の後に、各自が10分練習し、最後に時間とび（2～3分）を行うというものであった。

全校で行うことは子どもたちが上手な子をお手本や目標にしたり、自分の頑張りをみんなに見てもらえることで意欲の高まりがあったり、楽しみながら意欲的に体を動かすことにつながった。長休みや昼休みに友達を誘って練習する姿もよく見る事ができた。

11・12月は学年ごとに跳ぶ8の字跳びと全校児童生徒で一斉に跳ぶ大縄跳びを実施した。

8の字跳びは始めのうちは学年を混ぜ、上級生が下級生のサポートをできるようにした。入るタイミングや跳び方、走り方など、アドバイスをすることで全員が跳べるようになった。その後、学年ごとに分け、実施をした。

回を重ねるうちに、休み時間を活用した練習や学年ごとに回数を増やすための工夫がされるようになり、自主的な活動が多く見られた。最終日に行った記録会では、どの学年も目標を立て、真剣に取り組むことができた。体育委員会から記録証を渡し、これまでの努力を全員で称え合うことができた。

大縄跳びは、みんなで励まし合いながら呼吸を合わせて跳ぶことで絆の深まりを感じる良い機会となった。全校で最高4回ではあったが、小学部1年生から中学部3年生までの34名で跳べたことは大きな喜びに繋がった。

③マラソン

10月上旬に行われる校内マラソン大会に向けて、小1・2年生は5分間、小3～6年生は7分間、中学生は10分間のマラソン練習を9月下旬より2週間、毎日行った。スタートの合図は体育委員の掛け声で、全員が「オー！」と言ってから走るようにした。子どもたちが走り始めたら音楽をかけ、リズムに乗って、元気よく走れるようにした。

「マラソンチャレンジカード」として、「ペルー1周」「南米1周」「ペルーから日本1周」の3種類のカードを使用した。校庭を1周するごとに色を塗って、1つ進み、ゴールを目指すものである。そのカードを拡大し、一人ひとりの名前を磁石に付け、誰がどのくらい進んでいるかをみんなが見られるように工夫をした。このことにより、磁石を進める喜びと競争意欲を高めることができた。長休みや昼休みに自主的に走る姿も見られ、体力の向上につながる事ができた。

記録会では、ほとんどの児童生徒が自己ベストを記録し、自分自身の目標と過去の自分に勝つということを達成することができた。

(2) 放課後等の活用

①水泳

2月下旬に校内水泳記録会を行っている。それに向けて、全校児童生徒がそれぞれの目標に向かって1ヶ月ほどある水泳の授業で技能を高める。

本校では、小1にも25m自由形の種目があり、全員が泳げるようになることを目標にしている。児童には向上心があり、ポイントを意識しながら何度も練習を行うことができた。

特別指導として、小1～3年生を対象に月曜日の6校時に水泳の補充学習を行った。参加できる児童は25m自由形を泳ぐことのできない子に限られており、泳力に合わせたグループ編成をすることでより個に応じた指導を行うことができた。結果として、毎年ほぼ全ての1年生が25m完泳することができるようになった。一緒に指導にあたっていただいた同僚の先生方の細やかな指導に感謝している。

②部活動

毎週、月・水・金の放課後に部活動を行った。私が在籍したときには、サッカー部、テニス部、卓球部の3部活で活動した。帰りの会が終了してからバスが発車するまでのわずか25分ほどの活動であったが、子どもたちが

思い切り汗をかき、一生懸命練習に取り組むことのできる良い活動であった。

基礎練習の日と試合の日に分けて、メリハリをつけて活動することで子どもたちの意識付けにもつなげることができた。

③長休み・昼休み

本校には芝の校庭があり、子どもたちは体育倉庫から用具を利用し、自由に体を動かすことができる。また、中庭もあり、遊具も設置されている。

子どもたちは学年が混ざり合って、みんなでサッカーをすることが多い。低学年は遊具を使った鬼ごっこをよく行っていた。その際に教師も混ざって遊ぶことで子どもたちもより楽しむことができた。

④集会

委員会活動として、集会委員会の「みんなで遊ぼう集会」と体育委員会の「体を動かそう集会」がある。全校児童生徒での活動なので、「全員が楽しめること」、「体をたくさん動かす内容であること」を意識して企画した。3年間で行ったのは、だるまさんがころんだ、ドロケイ、4色鬼ごっこ、大縄、ドッジボールであった。ルールを工夫することによって、どの年齢の子も楽しく、平等に参加できた。

4. 現地校との交流

(1) 日秘友好運動会

日秘友好運動会は、多くの日系人の方が参加しており、大きな会場で行うので、直接の交流とまではいかないが、ダンスの発表や行進、陸上競技を見ることで自分たちと違うアイデンティティがあること、日本の文化を大切にしようとしていることなどを感じられる良い機会となった。

(2) 運動会

本校運動会では、PTA 主催の「じゃんけん列車」、「綱引き」「学校対抗リレー」「ダンス」での交流が行われる。「じゃんけん列車」では、日本同様の「じゃんけんぼん」の掛け声でじゃんけんをし、1列になるまで行われる。日本と異なるのは「最初はグー」の習慣がないことである。

「綱引き」は、日本のとは異なるやり方で行っている。綱を中央に置き、それを挟むように対面で並び、雷管の合図で一斉に縄に向かって走り、横に引っ張るのである。初めて見たときは驚いた。この競技では、ペルーの子の力の強さが感じられた。競技の最後には、全員で握手をし、戦った相手の健闘を称え合い、一緒に退場をした。友好が感じられ、とてもいい交流の瞬間であった。

「学校対抗リレー」は各校代表4名で行われる。どの学校の子も自校のプライドをかけ、一生懸命走り、大変な接戦を繰り広げる。ただし、グラウンドが狭く、明確なコースではないため、接触等もあり、ひやひやする場面もあった。レースの後には、お互いの健闘を称え合い、出場者全員で写真を撮って、解散となる。笑顔で肩を組んで写真を撮る姿が印象的であった。

「ダンス」は日系校4校が輪番で毎年披露してくださる。民族衣装を身にまとい、伝統的なペルーの音楽に合わせて腰を振り、軽快なステップを踏むその踊りは、小さい頃から踊りに親しみ、体に染み付いたリズムを体内から放出させている印象さえあった。本校の児童生徒は毎年圧倒されていた。

(3) ラ・ビクトリア校とのサッカー交流

毎年、8月下旬の土曜日にラ・ビクトリア校を招いてサッカーの試合を行った。年齢別に4チームのローテーションで行っているため、試合のない時間帯は体育館を利用した活動と中庭での日本文化体験（羽子板、竹馬、竹とんぼなど）か遊具遊びで交流をした。

サッカーでは白熱した試合を展開し、両校、勝利を目指して必死にボールを追いかけ、終了のホイッスルで握手をする。このときにハグをする姿も見られた。

遊びではゆっくりと会話する時間もあり、体を動かしながら交流ができる良い場になった。

休みの日に本校の児童生徒数に合わせて人数を調整し、引率してくださる先生方に感謝し、この交流が続いていくことを願っている。

(4) その他の交流の場

体育的行事の交流の他にもラ・ユニオン校との相互学校訪問、小学部1・2年生の生活科の授業でのサンタベアトリス幼稚園へ訪問、中学部の家庭科の授業で、サンタベアトリス幼稚園へ伺って行う保育実習などがある。保育実習は指導計画をもとに、本校から依頼をして、実施することが可能な交流の機会となっている。どの行事においても担当者との綿密な連絡が必要になるため、スペイン語力と細かな計画が大切である。日本語を話すことのできる本校職員や相手校の先生方にはご尽力をいただき、大変助かった思いがある。私たち教員にも現地の先生方はいつも笑顔で、温かな声をかけてくださり、いつも日本人学校のことを優先して考えて、行動して下さることに感謝の気持ちでいっぱいであった。

5. おわりに

本校の子どもたちは体育の授業が大好きである。友達と関わり合いながら汗をいっぱいかけること。自分の目標に向かって努力し、だんだんとできるようになる喜びを感じられること。「できた」を実感できることなどが理由である。

私は体育担当として、体育以外でも子どもたちが意欲的に体を動かせる機会を作るようにした。その中で大切なことは場を作るだけでなく、子どもたちに目標ややりがいを持たせる『ねらい』を明確にすることである。ゴールを明確にし、そのための小さな目標を一つずつクリアしていることを一人ひとりに実感させられる工夫が子どものやる気を引き起こすのである。

今回の派遣でご一緒させていただいた先生方はいつも協力的で、相談した際にはたくさんのアドバイスやご意見をいただくことができた。リマ日タイムで取り組んだことをクラスで指導していただき、子どもたちと一緒に休み時間に練習をしてくださったことなど、全校で取り組む雰囲気を作っていただいたことがよりよい雰囲気子どもたちが活動できる環境になったのだと思う。

体力向上の実践も現地校との交流もたくさんの方の協力がなければ、成し遂げることは難しかったと思う。改めて、人との繋がり大切さとチームの大切さを実感した。貴重な体験をさせていただいたこと、たくさん大切な人たちに出会えたことに感謝の思いでいっぱいである。