

台中日本人学校における体力向上の取組

—— 行事を行事で終わらせないための取組から ——

前台中日本人学校 教諭

石川県白山市立鶴来中学校 教諭 麻井 正和

キーワード：在外教育施設、台中、児童生徒の体力向上、地域人材の活用、行事との関連

1. はじめに

台中日本人学校は、北回帰線よりも少し北に位置する亜熱帯気候の地域である。そのため、年内を通して気温が高く、さらには台湾の中央に位置する山脈の影響もあり、雨期以外はほとんど雨が降らず、気候的には大変恵まれている。

しかし、在外教育施設ということもあり、下校後に友達同士で野球、サッカー等、日本の放課後によく見られる遊びや習い事に取り組むということができない現状がある。小学部5年生以上は部活動を実施しているが、火・金の7限目の週2回、1時間弱の活動ということもあり、日本の中学生に比べ、運動量は圧倒的に少ない。小学部5年生以上は水曜日以外は16:55にスクールバスによる下校のために、家に着くのは17:30過ぎとなり、下校後の時間がないという現状もある。

そこで、台中日本人学校では児童生徒の体力の向上のために、いくつかの取組を行っている。今回はその取組のいくつかを紹介したい。

2. 児童生徒の体力向上のための授業・学校行事

(1) 水泳（体育科）と水泳記録会

台中日本人学校では、5月末に運動会が実施される。5月までは体育科の授業では運動会練習が中心となる。その後、6月から9月20日前後まで水泳の授業が行われる。

亜熱帯気候で雨が少ないことから、気候に左右されることもなく、予定通りに授業を実施することが可能である。そのために、6月からは水泳時間割を組み、指導にあたっている。水泳時間割の特徴は以下のようなものである。

①地域人材の活用

台中市内のスイミングスクールの指導員に依頼し、授業協力者として全学年週3時間、児童生徒の指導を行っていただいている。ここ数年、継続して指導していただいているため、児童生徒の技術面の向上は勿論であるが、授業の進行も大変スムーズになってきている。

②低学年、中学年、高学年での合同体育を設定する。（中学部は年間通して合同）

低中高でそれぞれ合同体育にし、習熟度別のグループを作成して授業を行う。また、どの授業でも養護教諭がプールサイドで児童生徒を看護し、安全面にも最大限の配慮を払っている。

1・2年生においては、担任2人、スイミングスクールのインストラクター1人、教頭と4人体制で指導を行う。習熟度別で実施できることもあり、児童一人ひとりに対してしっかり指導できること、さらには安全面にも配慮した指導を行うことができる。毎年、クロールや平泳ぎで25mを泳げる児童が10人前後になる。

中学年は担任2人、スイミングスクールのインストラクター1人の3人で授業を行う。例年技術の向上が図られ、泳ぎ混む時間がしっかりと確保され、児童は充実した活動を行っている。

高学年は体育授業者1人、スイミングスクールのインストラクター2人と担任で授業を行う。高学年にもな

ると、個人メドレーに挑戦する児童も出てきており、上級クラスではスイミングスクール並みの内容を授業で行うこともある。

中学部は体育授業者2人とスイミングスクールのインストラクター2人で授業を行う。ほぼ全員が泳げるために、しっかりと泳ぎ込みを行い、中学生に必要な体力の向上を図ることができている。

③水泳記録会の実施（行事）

9月中旬に水泳記録会を実施している。小学部1年生から中学部3年生まで、各学年での種目別、男女別となっており、種目や距離も自分たちで考えてエントリーできるため、児童生徒は一人ひとりがしっかりと目標をもって取り組めるようになっている。出場した児童生徒には一人ひとりに記録証が渡され、今後の励みにもなっている。



さらには、児童生徒の意欲を喚起するために、各学年の種目の1位の表彰は勿論なのだが、新記録に関してはメダルを授与している。近年では水泳技術が向上し、毎年7、8の新記録が出ている。

児童生徒は新記録のためにも真剣に授業に取り組み、たくさん泳ぎ、体力の向上が見られる。また、リレー種目を多く採用していることから、学級で協力して取り組む場面も多く見られた。

(2) 長距離走（体育）とマラソン記録会

水泳授業が終わると、しばらくは通常時間割に戻り、11月からはマラソン時間割・マラソン日課へと変わり、11月末にはマラソン記録会が実施される。11月になっても、比較的暖かく気温は20近くあるので、児童生徒たちは良いコンディションでマラソン練習に取り組むことができる。マラソン時間割・マラソン日課の特徴は以下の通りである。



①週4回の5分間走

台中日本人学校では小学部は2限後の中休みが20分、中学部は10分となっている。そこで、1限後の休み時間を短縮し、3限目の授業開始時間を5分遅らせることで中休みに小中合同で5分間走を行う時間を確保した。5分間走は水曜日以外の週4回行われる。児童生徒は毎日真剣に走り、5分間で走ることのできる距離を日に日に伸ばしていった。

また、教職員も一緒に走るため、児童生徒の意欲も喚起され、充実した5分間走を行うことができた。しかし、3限目の授業で疲れが見える児童生徒もいたため、朝実施や年間を通して週1回実施等、いろいろな方法が例年検討されている。

②合同体育とロード練習の確保

マラソン記録会前になると、水泳授業の時期と同様にマラソン時間割が組まれる。低中高それぞれ2学年毎で走行距離は同じなので、ロード練習等では安全面確保のためにも、合同体育を行う。また、学部を問わず、空き時間の教員が学校外のコースに出向き、生徒たちの安全を確保する。

③マラソン記録会

1年生は800m、2年生は1200m、中学年は1600m、高学年は2000m、中学部女子は2400m、男子は3600mと学年によって距離が大きく異なっており、各学年の男女別での実施となる。水泳同様、全員に記録証が渡されるので、児童生徒は前年度の自分の記録との比較も含め、目標を持って取り組むことができている。

(3) その他の取り組み

①中学部の剣道授業における、剣道時間割の作成

平成24年度から武道必修化となり、台中日本人学校では剣道を選択している。例年は外部の講師の先生に週に3時間、2週で6時間来ていただいていたが、昨年度からは剣道時間割を作成し、中学部の体育の時間を2時間続きとした。これまでは防具の取り付け等で時間を使っていたが、2時間続きにすることで授業中の運動量をしっかりと確保することができ、また技術面での向上も見られた。残りの週1時間の時間で保健の学習を行い、このパターンで3週間に渡り、剣道授業を行った。

②縦割り活動の推奨

台中日本人学校には各学部ごとの縦割り班があり、合同の縦割り班もある。昼休み等を利用して縦割り班ごとに体を動かすことを目的とし、グラウンドを利用したレクリエーションを企画することによって、運動量の確保を図っている。

4. 成果と課題

運動量が少ない在外教育施設で、児童生徒の体力の向上を図るためには学校の教育課程の中で、児童生徒が明確な目標を持って取り組めるように工夫していかなければならない。行事を行事で終わらせないために、授業での取組をいかに行事に活かし、そして行事で得られたものをいかに毎日の授業に活かしていくかということが大切になってくる。

台中日本人学校の体力向上の取り組みでは、上記の点に注意し年度初めから綿密な計画を立てて取り組んできた。その結果、児童生徒の体力の向上はある程度は見られた。

児童においては、教師たちの声かけもあり、中休みや昼休みに外で遊ぶことも体力向上につながっている。中学部においては昼休み等に生徒会が中心となり、レクリエーションを実施することでも体力向上が図られている。しかし、日本の学校の児童生徒に比べ、体力テストの結果などを比較すると、体力的には低い面がある。学校教育の中では限界もあるが、今後もできる限り児童生徒の体力の向上に努めていく必要がある。

5. おわりに

在外教育施設における児童生徒を取り巻く環境は、思っていた以上に厳しいものであった。その環境下で、学習や運動により意欲的に取り組めるようにするための工夫を多くしてきた。また、限られた時間の中で、児童生徒につけさせたい力をつけるためにはどのようにすれば良いかということもよく考え、行っていた。

今後は、台中日本人学校で実践してきたことを活かして、日本の学校での教育活動に活かしていきたい。