

なわとび初心者から挑戦できる 「石川なわとび検定」の紹介動画を作成しました

1 概要

この度、学校体育授業で使える「石川なわとび検定（8級～1級）」をつくりました。プロのなわとびパフォーマー田口師永氏（元シルク・ドゥ・ソレイユ）に監修してもらい、8級の「前とび編」から1級の「二重跳び編」まで、小学校低学年から中・高校生まで、各レベルに応じて挑戦できる内容となっています。それぞれの級は連続技の16跳躍で構成され、テーマに応じたスキルが習得できるように考えられています。なわを跳ばない“とばなわ編”やリズムを途中で変える“リズムチェンジ編”もあり、最後の“止め技”にこだわっているのも、これまでに無い「なわとび検定」といえます。

近年“子どもロコモ”が問題になっています。「すぐに転ぶ」「姿勢が悪い」など運動器に障害のある子どもが増えています。新型コロナによる深刻な運動不足で、さらに拍車がかかることが懸念されます。楽しみながら挑戦できる「石川なわとび検定」が、少しでも子ども達の運動不足解消に繋がればと期待しています。この検定については既に実践している小学校もあり、2月に開催される「いしかわっ子体力アップ研究協議会」に合わせて県内全小学校に配布されるリーフレットに URL（<https://www.nawatobi.jp/nawatobikentei8/>）とともに紹介されます。

2 内容

8級から1級までの8つのステップで構成されており、上記のYouTube動画では、各技の練習法や連続技のコツも同時に紹介されています。モデルは田口氏自身が務めてくれました。



3 問い合わせ先

石川県立大学 教養教育センター 教授 宮口 和義
TEL : 076-227-7493 (携帯) 090-2373-8955