

## 円盤とブロック

4年生スクールプログラムで行っている「体育」の活動では、現在「円盤」と「ブロック」を使った運動を行っています。「円盤」は円形の台の下にキャスターがついている体育教具です。腹ばいになって手を使って前進。床に目線が近いめスピード感があり子どもたちが好きな移動方法の一つです。そのほかにも円盤の上に体育座りをしたり、正座をしたりと変化を持たせて運動に取り組んでいます。



「円盤」よーい ドン！

ソフトブロックを使った運動では、ブロックの上で落ちないように回る、ジャンプをするなどの運動を行っています。繰り返しジャンプを行うため運動量も多くなり、意外と大変！ 今後、複数のブロックを並べて跳び越えるなどバリエーションを増やしていきます。



落ちないように ジャンプ

このほかにも「東すつきり体操」「リズム体操」「テニスボールを使った運動」などにも挑戦していきます。