

12/1(水)

5年生!

## 「体育の授業」

スポーツの秋は終わってしまいましたが、小学校での運動はまだまだ続いています。

この日、5年生は体育の授業で、縄とびと跳び箱に挑戦していました。短縄は一分間とび続ける「耐久前とび」で体力づくりをした後、長縄を使った八の字とびをクラス全員で行い、チームワークを磨きます。

体が温まったら、メインの跳び箱「台上前転」を練習していきました。最初はマットを使って、次はマットを跳び箱に重ねて、最後は跳び箱のみ、といったように体育専科の先生がそれぞれのレベルに合わせて指導してくれます。

これからも寒さに負けない体力をつくってほしいです。

