

ファン ファン ファン Fun!Fun!Fun!

令和元年 7月 17日 (水)
川口市立並木小学校
調査広報部

日頃より本校の教育活動にご協力いただきありがとうございます。本校では、運動好きな児童を育成するために、運動の楽しさや魅力を味わえる授業について研究しています。6月14日(金)に、4年生のクラスで体育の研究授業を行いました。また、今週末から夏休みが始まります。長期休みの間も体力向上できるよう、今回のFun!Fun!Fun!では、運動の効果についてもお伝えします。

～4年生「クルッ・ピーン・ピタッ! 目指せ回転王～」

4年生では「クルッ・ピーン・ピタッ! 目指せ回転王」(マット運動)の授業に取り組みました。今回は、開脚後転、補助倒立ブリッジ、側方倒立回転の3つの技に挑戦しました。特に、側方倒立回転では、「ひじやひざをしっかりとのばす」「腰を高くあげる」「一直線になるように回る」などのポイントの中で、自分の課題を発見し、その課題を解決するための練習場所を選んで練習しました。子供たちは三人一組でグループになり、お互いのいいところや改善点をアドバイスし合い、一生懸命に練習していました。

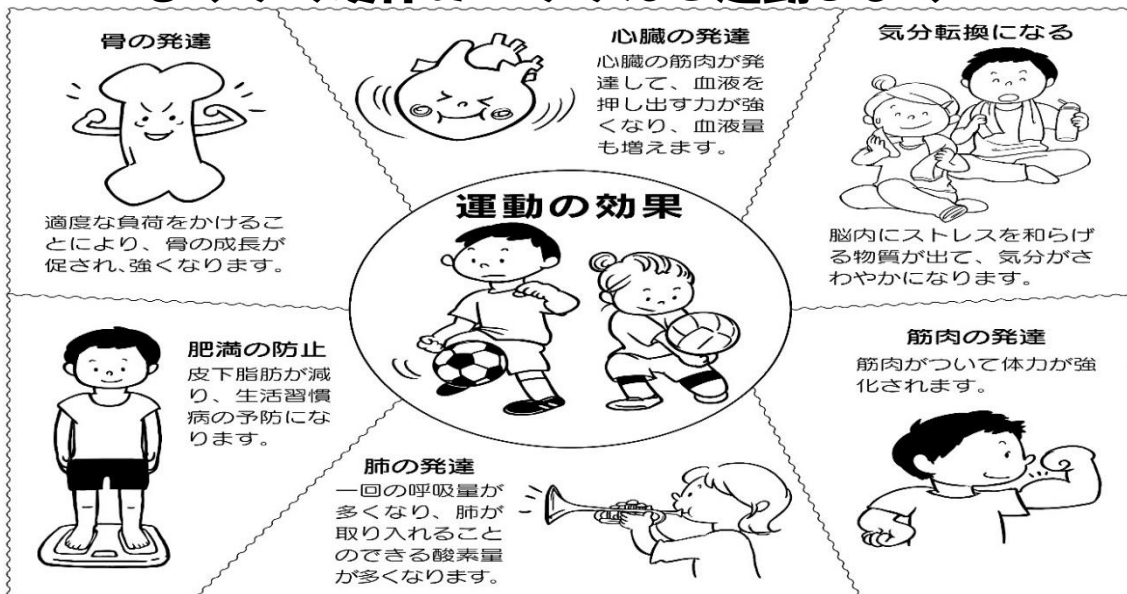
ひざを伸ばして
鈴を鳴らそう!



「課題はどこ
だろう?」



☆もうすぐ夏休み! すすんで運動しよう! ☆



他にも、ぐっすりと眠れる、免疫力が付き風邪をひきにくくなる等、たくさんの効果が期待されます。家族や友達と楽しく体を動かして、毎日運動できるといいですね。

～ スポーツが変える。未来を創る。 Enjoy Sports, Enjoy Life ～

