

10月11日（金） スポーツの秋

5・6年生の体育では、陸上競技の練習を行います。ハードル走や走り幅跳び、走り高跳びなどです。オリエンテーションでは、動画を見ながらそれぞれの競技のこつなどを学び、自分が気をつけたい事など練習の目標をたてました。

運動場でハードル走の練習をしました。「体育マイスター」の教師から、ハードル走を行う前の準備運動やハードルを越えるこつなどを習い、練習を行いました。初めはハードルをこわごわ超えたり、飛び上がったりしていましたが、次第にこつをつかんでハードルを越える子も出てきました。

10月に入り、外で過ごすのもやっと気持ちのよい気候になりました。スポーツの秋。体をしっかりと動かして体力を付けたり、できるようになっていく自分をほめたり、力を付け蓄えていく秋になりますように。

