

SIKUSIKU すくすく

深谷小学校 体育部
体育だより
令和3年1月29日(金)
No. 7

【埼玉県 体力向上に向けた「合い言葉」】

～コツコツと きたえた体は たからもの～

なわとびを頑張っています！

厳しい寒さが続いています、子供たちは3学期も元気いっぱい体力向上に取り組んでいます。

さて、冬休みのなわとびの課題に始まり、3学期はどの学年もなわとびに取り組んでいます。特に持久跳びや二重跳び（1年生はあやとび）については、2月上旬に予定されている校内なわとび大会に向け、クラスごとに練習に取り組んでいます。授業中だけでなく、朝や休み時間にも積極的になわとびの練習を行っている子も多く、友達と技の教え合いをしている様子も見られます。今年度は感染症対策のため、学年で大会を行うことはできませんが、クラスごとに大会を行い、学年ごとに集計を行います。また、十分間隔をとってなわとびを行ったり、待機中はマスクを着用したりと感染症対策をしっかりとった上で開催する予定です。

保護者の皆様には、家庭でのなわとび練習のご協力をよろしくお願いいたします。また、励ましの声をたくさんかけていただければと思います。



鉄棒(逆上がり)調査結果【1～3年】

6号の体育だよりを引き続き、本号では1年生から3年生の鉄棒（逆上がり）調査の結果を紹介します。2学期末に低学年も逆上がり教室を実施し、たくさんの児童ができるようになりました。まだできていない子も継続することで、必ずできるようになりますので、努力を続けてほしいと思います。

【男子】

	連続してできる	1回はできる	補助板でできる	できない
1年	48%	18%	27%	7%
2年	50%	20%	15%	15%
3年	40%	11%	29%	20%

【女子】

	連続してできる	1回はできる	補助板でできる	できない
1年	52%	24%	24%	0%
2年	69%	11%	6%	14%
3年	68%	8%	16%	8%

～逆上がり教室の様子(低学年)～



各学年の体育授業の様子

学年	2 年	1 年
授業名	マットを使った運動遊び	ボールけりゲーム
授業の紹介・様子	2年生は、マットを使った運動遊びをしています。自分の体を器用に動かしたり、手の力で自分の体重を支えたりしています。低学年のうちに、自分の体の動かし方をしっかりと把握し、どのように動かせばよいかを考えながら取り組んでいます。 	1年生は、ボールけりゲームをしています。簡単な決まりを守り、「どうしたらうまくボールの操作ができるのだろう。」とみんなで考えながら練習しています。まとにあてられるように、けり方の工夫をしている様子が見られました。 

校内なわとび大会について

日 時： 学年ごとに設定（2月上旬）

種 目： ①技能種目（1年生…あや跳び 2～6年生…二重跳び）

※2回実施し、良いほうを記録とする。

※学年で1位～10位を表彰

②持久種目（跳び方は自由 ※1回旋1跳躍）

※各学年目標時間まで跳び続ける。

（1・2年：2分 3・4年：3分 5・6年：5分）

※ミス5回までで合格→合格者全員に賞状

