



学校教育目標  
『笑顔いっぱい輝く子』

白糸小 体育部  
No.3  
2024年6月28日

## 体力アップに向けて

### 1 図書館に新コーナー設置

体力アップを目指して、図書館に体力アップコーナーを設置しました。今月のテーマは、「オリンピック」「暑さ対策（食）」になっています。体力は、体を動かすだけではなく、食べることや寝ることなども含まれます。また、2学期以降「けが」「姿勢」「マラソン」など、学校の行事や季節に合わせたテーマで図書館にコーナーが更新されていきます。ぜひ、図書館に足を踏み入れながら、いろいろな本に触れてほしいと思います。読書月間が終わりますが、いろいろな本に触れながら、体力アップを目指しましょう。



### 2 水泳がはじまりました

プール開きを6月20日(木)に行いました。その際に、校長先生から「水泳の授業は、やり抜く力（あきらめずに考えて答えを出す力）を身に付けるために行います。また、水難事故から自分の命を自分で守るために行います。そのために、2つのことを守ってください。1つ目は、目標をもって取り組んでください。2つ目は、約束を守って、安全に行ってください。」という話がありました。代表で話をした子も、自分の目標をはっきりと発表していました。みなさんも個々で目標をもち、安全に楽しい水泳をしましょう。

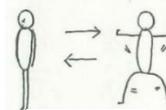
学年	目標
1・2年生	蹴伸びができるようになる。
3・4年生	泳法を問わず、12.5m泳ぐことができるようになる。
5・6年生	クロールまたは平泳ぎで、25m泳ぐことができるようになる。



### 3 New しらいとレッチをつくってみよう!

しらいとレッチを始めて、2か月が経ちました。いろいろな動きが慣れてきたところではないかなと思います。こどもたちの宿題の取り組み方を見ると、A・B・C・Dの動きを毎日全部やった子もいるように見られます。そんな白糸小の子に、しらいとレッチをさらにレベルアップしてもらいたいと思います。右のものは、白糸小のある子と話をしながら、こんなのもいいねとできたしらいとレッチです。毎日のしらいとレッチをしながら、「こんな動きをしたら、レベルアップするかも」というアイデアが思いついたら、石川先生にまた、教えてください♪楽しみにしています。

ジャンプマリオネット  
手足同じ 10回



1分間で、何回できるかな?



足をクロスして、柔軟10秒する。