



学校教育目標  
『笑顔いっぱい輝く子』

白糸小 体育部  
No.6  
2024年10月18日

## 白糸レッチコンテスト 開催！！

4月から取り組み始めた白糸レッチ。現在、6年生のアイデアが加わり、PART2までできています。多くの学年で、続けて実施しているという声を聞きます。しかし、続けてきて、何か成果があったかという質問には、あまり分からないという声もちらほら聞こえてきます。そこで、半年の成果を発揮するために、下記の日程で白糸レッチコンテストを開催します。

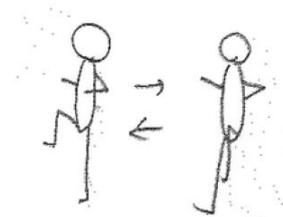
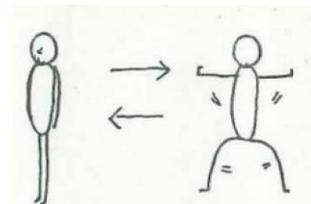
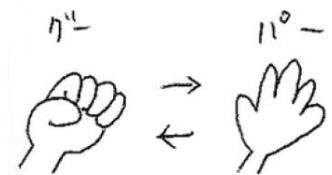
1 日時 令和6年10月22日（火）～令和6年11月15日（金）

### 2 方法

- ① 20秒間で回数を、高学年の部と低学年の部で競います。
- ② 期間内なら、何度でも挑戦してよいです。（1日1回の挑戦とします。）  
※20分休みや昼休みの時間のみ、計測をします。
- ③ トップ3は、職員室前の掲示板に名前を貼り出します。
- ④ 11月15日（金）の下校までで締め切り、各種目の上位3名にスペシャルメダルを贈呈します。

### 3 実施種目

- ① 20秒でグーパー
  - 井出たいき先生に測ってもらう。
  - グーとパーで、1回。
  - グーのときは、手の中が見えなくなるまで、にぎる。
  - パーのときは、指先までのびるように、ひらく。
- ② 20秒でマリオネット
  - 萩原えり先生にはかってもらう。
  - 開く・閉じるで、1回。
  - 閉じるときは、足がピタッとくっつき、手ももにくっつくようにする。
  - 開くときは、腕が横にピンと伸び、足は肩より広く広げる。
- ③ 20秒でももあげ
  - 石川まさと先生にはかってもらう。
  - ひざがおへそまであがるように、ももあげをする。



お家でも、学校でも高記録を目指して、取り組んでみましょう。お家の人も楽しく取り組んでみてくださいね。