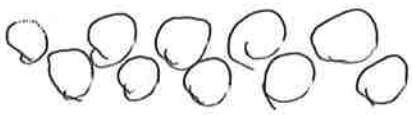
5/24(月)　うみ組

- 全体朝会
- 体育あそび

今日は体育あそびを行いました。
両足ジャンプ、鉄棒ぶら下がり、平均台を行いました。
両足ジャンプと鉄棒は、すっかり上手になりました。
朝の体育でもやってますからね。続けることが大切です。
しばらく行った後は、パターンを変えてみました。



小さいフープを交互に並べ、それぞれに両手両足を入れ、四つんばいで歩きます。
七ザをつけないようにします。体を支える力は全ての基本です。また、マットで コロコロ転がりもしました。回転感覚は、鉄棒にもつながり、体をコントロールできるようになります。進級までに、1年間でしっかり体作りができればいいなと思っています。

※明日はそら組と菜園へ行く予定です。水筒を忘れないようお願いします。