

4月17日(木) そら・たいよう組

○内科健診

○体育あそび

今日は、体育あそびを行いました。そら、たいよう組は別で、先にそら組が行っています。最初に、『わんぱく戦隊アソブンジャー』という体操をしました。体をほぐして体育あそびスタート！！膝をつけずに高這い、カエルジャンプで部屋を往復しています。それぞれ、体幹を強くする、跳び箱への導入となっています。また、カラーコーンの棒跳びの下を腹這いで進んで(リンボーダンスのハイハイ version をイメージしてください(*^-^*))、跳び箱にカエル乗りで乗って開脚跳びの導入をしています。

そら組が終わるとたいよう組に交代して、同じく体操をしてから体をほぐしています。腹ばいとカエルジャンプは同じですが、たいよう組はやはりそら組と比べると速いです。1年の差は大きいですね。そして、棒飛びの下ぐりはそら組と差をつけて、足を使わず手だけで進むようにしています。手の力をつけて鉄棒やマット運動などにつなげるようにしています。体の基礎を作ることをしっかり取り入れるようにしていますよ(*^-^*)

※明日はこいのぼり掲揚式です。晴れますように。

※掲揚式のあとは視聴覚会です。