

ありがとう Arigato

平成27年度 2年A組

長月 / 17

学級通信 55 号

体育祭練習 その2

少し前の通信で書いたように、毎日昼放課に体育祭の練習をしています。昨日は体育の授業も何とか天気もってくれたので、入場だけでなくリレーなどの練習もできたようです。給食の時間に、「先生、リレー1位だったよ」と教えてくれた人もいました。A・B・E組が参加しての多人数リレーの練習だったようですが、練習とはいえ、1位になれるのは良いことです。男子が随分活躍してくれたようなので、本番のリレーも楽しみですね。バトンパスの練習もして、他のクラスに差をつけて勝てるくらいになれると良いと思います。

そんな嬉しい話もあれば、課題も見つかっています。それは「大縄」です。今年は「8の字ジャンプ」が増えた関係で、「大縄ジャンプ」はクラス全員参加になりました。回し手2人を除いて36人で跳ぶこととなります。体が大きな人もたくさんいるので、かなりきつい状態で並んで、跳ばなくてははいけません。何度か練習をしましたが、跳べません。今のところ最高記録は2回です。これはかなりやばいですね。

先生なりにいろいろ調べてみたところ、いくつかコツがあるようです。



全員が縄を見て、自分のタイミングで跳ぶ。タイミングはいる位置によって違う。
縄に合わせてまっすぐではなく、弓形に並ぶ。
膝をコンパクトに曲げて高く跳ぶ。
中央はやや遅れて縄が来るので、端よりも遅く跳ぶ。
回し手は縄を地面にたたきつけないように、できるだけ水平に通すことを意識する。

次に練習するときは、これらのことを少し意識してやってみましょう。また、飛び続けるのはかなり大変です。運動部で普段から体を鍛えている人は良いけれど、ちょっと運動が苦手な人は、少し跳んだだけで息が切れてしまうかもしれません。急に体力をつけることは難しいけれど、10回20回と続けられる場合を考えて、それくらいは跳べるくらいの体力をつけておきましょう。

まずは10回。声をそろえて全員で跳べるよう頑張りましょう。

家庭学習を全員が提出できました

2年生になって初めて家庭学習を全員が提出できました。当たり前のことだけれど、大変素晴らしいです。これで終わりにしないで、続けていけると良いですね。