



# Physical Education

港区立赤坂小学校  
 校長 齋藤 恵  
 令和3年2月3日(水)  
 1月号 体育科通信  
 体育主任 服部綾



## 1 なわとびの取組

3学期が始まり、1か月間は、長縄の取り組みを行いました！1月のめあては、「なわの跳び方を知ろう」です。今回は、学年で協力して、それぞれ目標回数に向かって、各学年、学級で体育の時間のほかに、休み時間にも取り組みました。

	目標値		達成回数
1年生：	1000回	⇒	4940回
2年生：	2000回	⇒	8999回
3年生：	3000回	⇒	17304回
4年生：	4000回	⇒	14205回
5年生：	5000回	⇒	12810回
6年生：	6000回	⇒	12552回

全学年の目標が達成されました★

みなさん、声を掛け合ったり、励まし合ったりして、常に前向きに取り組むことができ、素晴らしいです！



さらに2月は、「長縄の記録に挑戦しよう！」というめあてで記録会に向けて取り組みをします。

記録会のルールは、簡単です。3分間の時間制限の中で、何回跳べるのかを競います。縄の回し手について、1・2年生は、担任や高学年が回しても可能です。3年生は、片方のみ担任でも可。4～6年生は、児童が回します。今回は、学級単位での取り組みとなりますので、学級内での団結や協力が必須です。赤坂小学校の子供たちの挑戦が始まります。結果は、次号でお知らせしますので、楽しみにしてくださいね！

## 2 休み時間の取組

体育委員会の児童が、休み時間にフープとケンステップを使って、体を動かすスペースを作り、遊ぶという企画をしています。

フープでは、腰の周りで回すだけではなく、腕や首、足首の周りを回す方法もあります。また、1本だけで回せるようになったら、2本目、3本目も……。1年生から6年生まで、楽しめる遊びです。また、転がしたフープをくぐったり、ジャンプしたりと複数で楽しむこともできます。

ケンステップでは、ただケンケンするだけではなく、色を指定して、跳んで行ったり、跳ぶ感覚を広げてみたり、リズムを変えてみたりと、こちらも工夫次第で、遊び方が広がります。

