

小学部2、3、6年生 第2回体操教室

1月30日(金)に「M'sスポーツクラブ」で、第2回体操教室を行いました。もっと上手に跳び箱を跳んだり、平均台を渡ったりすることができるように、体操の先生に教えてもらいました。

とび箱では、跳ぶとき「手や足を前に出すことが大切！」と教えてもらい、たくさん練習しました。何回もチャレンジすることで、少しずつ手や足を前に出して開脚跳びやまたぎ乗りができるようになり、子どもたちは、とても嬉しそうでした。平均台では、バランスをとるために「頭をまっすぐにすることが大切！」と教えてもらいました。先生の話をよく聞いて、渡る練習に何度もチャレンジしていくと、徐々にコツが分かり、自分からバランスをとって渡れるようになってきました！

冬の体操教室でしたが、たくさん体を動かして、心も身体も熱くなりました。



ストレッチ



とび箱





平均台



エアトランポリン

