

## 「なわとびタイム」について

寒冷の候、保護者のみなさまにはますますご健勝のことと存じます。平素は本校の教育活動にご理解とご協力を賜り、ありがとうございます。

さて、この度、児童の体力づくりの一環として、なわとび運動を実施することになりました。実施にあたって、下記の点についてご理解・ご協力いただけますよう、よろしくお願ひします。

## 記

1. ねらい 寒さに負けない、体力づくりにはげみ、たくましい子どもを育てる。

2. 期間 12月9日（火）～12月12日（金）

・午前8時35分～45分  
(登校時刻 8:20～8:30を守り、遅れないようにお願いします)

9（火）・11（水）…低学年（1、2、3年生）  
10（木）・12（金）…高学年（4、5、6年生）

・午前10時25分～40分（各クラスで長縄をします。）

※ 雨天の場合は中止します。

3. 場所 平尾小学校運動場

4. 備考

○あわてて登校するとケガの原因になります。余裕をもって登校するようにしてください。

○体操服には着替えずに、上着を脱いだ服装で運動します。汗をふくためのタオルを持たせてください。女子はスカートではなく、体操ズボンで行います。

○なわとび・タオルには、必ず名前を書いてください。

○当日の朝のお子さまの健康状態により見学する時は、必ず連絡帳で、担任にお知らせください。

○必ず朝食をとり、登校させてください。

○なわの長さの調整をしておいてください。（以下参照）

以上

◎なわの長さの調整について



この長さがとびやすいと言われています。お家で調整してから、学校に持っていくようにしてください。  
(毎年、なわが長すぎてとびにくい子がいます。)

ひじを90°に曲げて左右にひらく。

なわとびの真ん中を両足でふむ。