

キックオフ



台風の目 アドバイス

ワン
ポイント

9日の6限目、グラウンドで『台風の目』の練習をしました。1・2年生の合同種目なので、とりあえずの目標は『2年生の先輩に迷惑をかけない』です。しっかりと準備して先輩にバトンを渡し、勝敗については先輩にゆだねましょう。少しコツを載せておきますので、参考にしてください。

ながつき
長月



9月

おとめ座

発行日:9月9日

発行者:1年学年主任 堀

1、コーナーを曲がるときは“内側に寄る” “片方の手は下側から握る”



外側の人が中心から離れれば離れるほど、回転させる内側の人に負荷がかかります。回転の時は内側の方に3人が集まっていくのがいいでしょう。さらに外側の人ほど遠心力が大きくなりますので、棒を持っているのがしんどくなります。なので、回転の時だけでも片方の手を下側から握る(綱引きの時と同じように持つ)と棒を落とすことはなくなるでしょう。

2、ジャンプの時は間隔を詰めよう。



もっと前に
詰めよう!

どんな取り組みにも、とても真面目に頑張ってくれるので先生たちも嬉しいです。体育大会まであと2週間、ケガに気をつけて準備をしていきましょう。

