

体育～跳び箱～



体育で跳び箱を行いました。まずは、話を聞くことが大事です。



両足を広げ足の親指を床につけて、両手で床を押しながらお尻を浮かせる事が「開脚跳び」のポイントです。



この練習をすると上手に跳べると教えてもらいました。足の親指が上を向いてしまうと膝が曲がってしまうので気をつけよう！



怖がらず挑戦する子どもたち！



しっかり腕の力で体を支えています。



3段の跳び箱にもチャレンジしました。



見本をしてくれた子は、こんなに高く跳べていて驚きました！！