

# 学び意欲 強いからだ ゆたかな心

## 五福小だより

平成29年12月8日(金) NO. 15

### 寒さに負けない五福っ子

めっきりと寒くなりました。倉敷市内でもインフルエンザのため学級閉鎖を行う学校も出始めています。ご家庭でも、予防に気をつけていただければと思います。

12月より、五福小学校では、業間縄跳びが始まっています。火曜日と木曜日は短縄跳び、水曜日は縦割り班による長縄跳びを行っています。



短縄跳びの魅力は、自分の伸びがよくわかるということです。

いろいろな跳び方があり、跳べる技が増えると楽しくなります。また、同じ技でも跳べる回数が増えると楽しくなります。

業間休み以外にもジャンピングボードを使って、二重跳びの練習などを行っている人を見ます。

縄跳び自体も安価で、気軽にでき、運動量も確保できるのでとてもよい運動だと思います。また、巧緻性にもつながり持久力もアップします。よく、ボクシングをしている人が練習のメニューにも採り入れています。最近では、縄跳びネタの芸人さんも人気があるようですね。

ご家庭の方でも、ぜひ、子どもさんと一緒に・・・。

長縄跳びの魅力は、協力性です。跳ぶためには縄を回す人も必要です。そして、回し方も結構重要です。

なかなか、最初は縄の中に入ることができませんが、周りの友だちなどが、アドバイスをくれたり一緒に跳んでくれたりすることでコツをつかんでいきます。

グループでリズムよく跳べたり、かからずに跳べた回数が増えたりしていくととても盛り上がります。

水曜日の業間休みののは、縦割り班で行っているので、大きい学



年の人が声をかけて縄に入るタイミングを教えてください。跳べなかった人もずいぶん跳ぶことができるようになってきています。

「長縄は、たくさん跳べたとしても、最後には誰かがかかって終わりとなる」という意見の方もおられます。まさにその通りではありますが、そうなったとき、どんな言葉をかけるかを考えることも大事な勉強につながります。

