

中学部です！

体育参観日がありました

10月21日（木）は中学部の体育参観日でした。

中学部では学部を縦割りにして2つに分け、体育館と運動場でグループ体育を行っています。

《体育館グループ》

準備運動は嵐の『Happiness』に合わせて行います。ご想像のとおり、「♪走り出せ～、走り出せ～♪」の歌詞のところで生徒たちは猛ダッシュ！充分にからだを温まったところで、サーキットトレーニングとフロアホッケーに分かれて活動します。



今日の目標を確認しています。



持つ手の位置が意識できるように、クラブにテープを巻いています。練習するにつれてシュート成功率がどんどん上がっています。

《運動場グループ》

ポートボールに取り組んでいる運動場グループは、GReeeeNの『キセキ』に合わせてボールを使った準備運動をします。



小グループに分かれて、ドリブルやパス、シュートの練習をしています。最初はなかなかパスがつながりませんでしたが、練習を重ねるうちにパスからシュートまでができるようになりました。チームに分かれて試合をするのも間近です。