



仙台市立通町小学校

第4学年だより

# カラフル

## 体育参観(通町小オリンピック)の見どころは…。

いよいよ今週土曜日は、体育参観です。これまで全部で8時間かけて「走る」(決められたレーンで前を見てうでをふって走る)という基本的な運動について、より良い自分の走り方を追求し自己の記録に挑戦してきました。記録会は、たったの「8秒間」ですが、スタートからゴールまで、それぞれの動きに自分のめあてを持って取り組んできました。

各時間では、スタートの姿勢やうでのふり、素早いスタート、カーブの走り方、目線、ゴールの走り抜けなど自分のめあてを学習カードに書き込み、練習を行い、記録に挑戦してきました。また、模範となる動画を見て、より良い走り方を学んだり、グループの友達からアドバイスをもらったりしました。さらに、iPadで走りを撮影し、映像で自分の走りを振り返られるように協力して学習を進めました。

今週は3年生と合同リハーサルを行いました。みんなの前で走る緊張感を感じ、本番ではたくさんの保護者の前で走ることもイメージしながら自分なりにリラックスして走る大切さに気付くことができました。走る前の自分なりの心と体の準備の仕方も考えました。

本番は、一瞬ではありますがこれまでの子供たち一人一人の学習のプロセスに思いを馳せて参観していただければ幸いです。そして、ゴールした際にはあたたかい称賛の拍手をぜひお願いいたします。

### 体育参観に関するお知らせとお願い

#### □運動着について

体育参観に向けて以下のように運動着・赤白帽子の準備をお願いします。

- 5月20日(木) 運動着の持ち帰り
  - \*21日金曜日はお洗濯の日とします。\*赤白帽子は学校に置いておきます。
- 5月22日(土) 運動着を着用して登校
  - \*雨天順延の場合は、普段着で登校し、5月26日(水)に運動着を着用して登校します。

#### □5月22日(土) 当日の持ち物について

- ランドセル(筆記用具、何でもノート、国語、算数の教科書とノート、連絡ノート、検温カード)
- 水筒(中身は水かお茶) ・汗拭きタオル

※当日の走る順番やレーン、時間、雨天時等の連絡については先日の学校だよりをご参照ください。

短距離走学習カード 「通町小オリンピックで記録を残そう！」					年	組	名前
①運動のめあて 「前を見て、うでをふって、コースを全力で走ろう」							
②学習のめあてと記録							
	1時間目(月 日)	2時間目(月 日)	3時間目(月 日)	4時間目(月 日)			
学習のめあて	学習の進め方を知り、通町小オリンピックに向けた目標を立てよう。		スタンディングスタートから、素早く走り始めよう。		素早い走り始めから、うでをふって前を見て走ろう。		
今日のめあて	8秒間走の走り方を知る。		スタートの仕方に気をつけて素早く走り始める。	ストレートのコースをまっすぐ走る。	カーブのコースの走り方に気をつける。		
自分のめあて	自分の記録をとる。(あともう少しの記録を知る)						
記録	35. 36. 38	35. 36. 38	35. 36. 38	35. 36. 38			
1 回目は○	40. 42. 44. 46. 48	40. 42. 44. 46. 48	40. 42. 44. 46. 48	40. 42. 44. 46. 48			
2 回目□	50. 52. 54. 56. 58	50. 52. 54. 56. 58	50. 52. 54. 56. 58	50. 52. 54. 56. 58			
	60. ( )	60. ( )	60. ( )	60. ( )			
コース							
○をつけよう	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5			
学習のふりかえり 100したら、△ △が□□になった。 だから、からだ を「からだ」のよ うに入しよう。							
次回のめあて							
自分のめあての例 ①前を見て走る。 ②前を見てまっすぐ走る。 ③うでをしっかりとふって走る。 ④スタートの仕方に気をつける。 ⑤素早いスタートで走る。 ⑥地面をポンとふんで走る。 ⑦カーブの走り方に気をつける。 ⑧ゴールでしっかり走り抜ける。 ⑨コースの走り方に気をつける。 ⑩体を少し前にたおして走る。 ⑪リラックスして全力で走る。 ⑫スタートの走り方に気をつける。							