

9月22日(月)

陸上競技あそび～立ち幅跳び編～

前日に比べ気温も下がり、外遊びが楽しめる気候となりました。
もう、秋。秋と言えば…

スポーツの秋！陸上競技遊び！砂場ってこんな使い方もあるんだね！

つまさきが、でないようにするんだよ

はだしのほうが とびやすいよ

腕をしっかりと振って、前に跳ぶ



ただいまの記録は116センチです



何度も何度も跳んでいくうちに、なんとなく
コツ？体の使い方がわかってくるこどもたち。
自分の記録で数字にも興味をもち、次は〇〇ぐらい
跳びたいと目標をもって楽しんでいました。

立ち幅跳びの世界記録は…
3メートル73センチだって！

