

体育科からのお願い

明日、9月2日から水泳の授業に入ります。回数は3回を予定しています。

1時間目 授業の流れ・入水のポイント・腕のかきポイント紹介

2時間目 腕のかき・ポイント指導

3時間目 腕のかき練習→技能チェック

※マスク着用で入水し、顔は水につけません。

着替え

・男子は教室、女子は体育館で着替えます。

持ち物

- ・水泳帽子(かぶったときに名前が分かるように記名) **ゴーグルは不要**
- ・水着
- ・タオル
- ・**マスク+1枚**
- ・ラッシュガード(必要な人のみ)
- ・男子は**体育着必須(教室とプールの行き来の際に、体育着を使用するため)**
男子のサンダルは自由です。サンダルを使用しない人は持ってくる必要はありません。男子は昇降口から歩いてプールに行くまでに使用します。
(ただし学校の登下校はサンダルは認めません。)
- ・女子は体育着・サンダル不要(体育館から直接プールに行くため)

※雨でも、持ち物は持ってくること。