

東中田小学校 体カアップタイムの様子

☆体カアップタイムの具体的な取組

晴れた日の火曜日の中休みを、「体カアップタイム」として児童だけでなく職員も一緒になって活動しています。（もしよろしければ、学校だより学年だよりの予定をご覧の上、是非見に来てください。）

6つのパターンを順番に行う。→週ごとに交代

	A	B	C	D	E	F
1年	体育館	持久走	大縄	持久走	大縄	短縄・遊具
2年	大縄	体育館	持久走	短縄・遊具	持久走	大縄
3年	持久走	大縄	体育館	大縄	短縄・遊具	持久走
4年	大縄	短縄・遊具	持久走	体育館	持久走	大縄
5年	持久走	大縄	短縄・遊具	大縄	体育館	持久走
6年	短縄・遊具	持久走	大縄	持久走	大縄	体育館



体育館では、布ボールを目標物に狙って投げたり、ラダーを使いリズムよく走ったりしています。



体育館



校庭では、大縄や遊具で活動したり、トラックを曲に合わせて走ったり歩いたりしています。



校庭