

6年生の皆さんへ

いよいよ6月より学校が再スタートします。早くみなさんに会えるのを楽しんでいます。何より健康が第一です。学校生活にスムーズに入れるように生活習慣と適度な運動を心がけていきましょう。

先週アップされた写真の場所は、分かりましたか？

答え：左上の写真から①PCルーム廊下②放送室前の廊下③南階段2階
：左下の写真から④6-3ベランダ⑤6-2⑥第一理科室です。

休校中の課題にも出しましたが、縄跳びカードはどのくらい色をめることができましたか。先生達も休校中縄跳びに挑戦しました。原田先生・池上先生は、こんな感じです。

久しぶりに縄跳びをやってみて、とても疲れました。やはり、運動不足になっていると感じました。
大変だ。運動しよう！

原田

毎日コツコツやるのが大切だと感じました。はやぶさの後ろが上手くできなかったです。
できる人教えて下さい。

池上

なわとびカード
6年4組0番名前 原田

| なわとびの技 | 10級 | 9級 | 8級 | 7級 | 6級 | 5級 | 4級 | 3級 | 2級 | 1級 | 特級 |
|---------------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|
| ○前とび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 |
| ○後ろとび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 |
| ○前かけ足とび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 |
| ○後ろかけ足とび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 |
| ○前あやとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 |
| ○後ろあやとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 |
| ○前こうさとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 |
| ○グーパー・グーチョキとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 |
| ○前かた足とび | | | | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 50 | 100 |
| ○前ふりとび | | | | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 50 | 100 |
| ○かえしとび(片方で一回) | | | | 1 | 3 | 5 | 7 | 10 | 30 | 50 | 100 |
| ○二重とび(前) | | | | 1 | 3 | 5 | 7 | 10 | 30 | 50 | 100 |
| ○二重とび(後ろ) | | | | | | 1 | 3 | 5 | 7 | 10 | 30 |
| ○はやぶさ(前) | | | | | | | 1 | 5 | 10 | 30 | |
| ○はやぶさ(後ろ) | | | | | | | | 1 | 5 | 10 | 30 |
| ○三重とび | | | | | | | | | | 1 | 10 |

なわとびカード
6年2組0番名前 池上 雅紀

| なわとびの技 | 10級 | 9級 | 8級 | 7級 | 6級 | 5級 | 4級 | 3級 | 2級 | 1級 | 特級 | |
|---------------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----|
| ○前とび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 | |
| ○後ろとび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 | |
| ○前かけ足とび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 | |
| ○後ろかけ足とび | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 | 200 | |
| ○前あやとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 | |
| ○後ろあやとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 | |
| ○前こうさとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 | |
| ○グーパー・グーチョキとび | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 100 | |
| ○前かた足とび | | | | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 50 | 100 | |
| ○前ふりとび | | | | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 50 | 100 | |
| ○かえしとび(片方で一回) | | | | 1 | 3 | 5 | 7 | 10 | 30 | 50 | 100 | |
| ○二重とび(前) | | | | 1 | 3 | 5 | 7 | 10 | 30 | 50 | 100 | |
| ○二重とび(後ろ) | | | | | | 1 | 3 | 5 | 7 | 10 | 30 | |
| ○はやぶさ(前) | | | | | | | | 1 | 5 | 10 | 30 | |
| ○はやぶさ(後ろ) | | | | | | | | | 1 | 5 | 10 | 30 |
| ○三重とび | | | | | | | | | | | 1 | 10 |

さあ、みんなはどのくらいめることができたかな。これから最高に楽しい学校生活を過ごしていこう。みんなが元気に登校してくるのを楽しみに待っています。

学校再開まで、残り6日…… 楽しみだな！

