

2008 ☆ NEW YEAR ☆ 親子チャレンジⅢ

1 / 8 (火) ~ 1 / 27 (日)

年 名前

学校では、「なわとびチャレンジタイム」で鍛えています！

<おうちの方へ>

体力向上活動にご協力ください。

・大人も挑戦する・子どもと一緒に挑戦する・子どもにアドバイスをあげる・子どもからアドバイスをもらう・子どもの挑戦を見る等、どんなかわり方でもいいので、子どもと一緒に挑戦する機会を作ってください。

よろしくお願いします。(無理をしない程度に)

カードは1 / 30 (水)までに担任に提出してください。

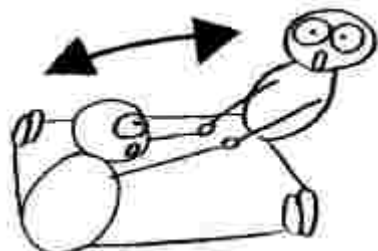
1 / 31 (木)に「なわとび大会」が実施されます。



さあ、おうちの人に見てもらおう！いくつできるかな？おうちの人ともやってみよう！

チャレンジ種目(チャレンジしたものに大きな ^{しゅもく} をつけましょう)

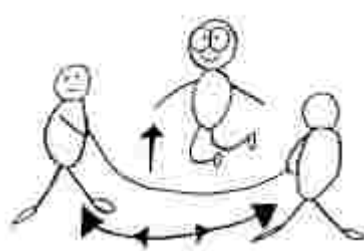
手つなぎ体前屈



かえるバランス



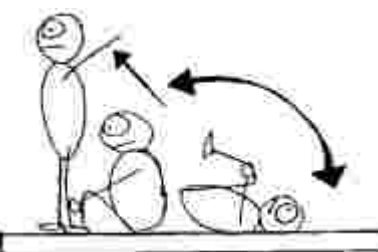
大波小波



キャッチボール



ゆりかご立ち



二人なわとび



片足立ち&座り

片足になって手をつなぎ、立ったり座ったりする



雪遊び

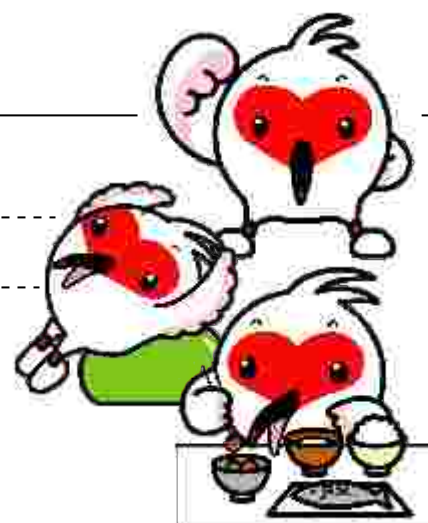
かまくら・雪玉・ソリ・スキー



「2人なわとび」は「げんきあっぷかれんだー」を参照しました。

「片足立ち&座り」は「元気アップ親子セミナー」の冊子「Touch!」を参照しました。

チャレンジした感想を書きましょう。(子どもが書く)



子どもさんと挑戦した様子や感想をお書きください。(大人が書く)

～遊びは子どもの大切な仕事です～

「子どもの体力向上」ホームページ

<http://www.recreation.or.jp/kodomo/>

「2009トキめき新潟国体」ホームページ

<http://www.pref.niigata.jp/soumu/kokutai/index.html>

「中川小学校」ホームページからもリンクされています

<http://nakagawa-e.shibata.ed.jp/>