

よくわかる 椿峰小学校の体育

椿峰小学校体育部

お子さんについてご心配なことがありましたら、お気軽にご連絡ください。個別に対応させていただきます。

〒359-1146 小手指南5-20-1

Tel (04) - 2948-6601

www.tubakimine-e@tokorozawa-stm.ed.jp

朝 休 み

登校～8時20分まで

- ・ボールけりは禁止です
- ・ドッジビー、長縄〇
- ・バスケットボール〇



生き生きタイム

主に 20 分 間

- ・ボールけりは禁止です
- ・体育委員の取り組み
- ・できる限り外へ
- ・夏場は小まめな水分補給

昼 休 み

主に 20 分 間

- ・木曜日は、なし
- ・ボールけり〇
→ サッカーコート側が4・5・6年生
ハンドボールコート側が1・2・3年生
- ※コンクリート面は原則的に遊ばない

休 み 時 間

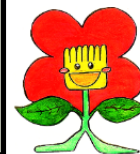
放 課 後

遊ぶ時間を守って

- ・4月から10月
2月・3月は5時まで
- ・11・12・1月は
4時30分まで
- 忘れ物は16時30分まで

つばきの子
めざすゴールは
つばき峰

令和4年度
埼玉県体力
優良向上校
に選ばれました！



休 日



身 だ し な み

- ・体操着、赤白帽子
- ・髪は結ぶ。
- ・体操着はスポンにしまう。
- ・ミサंगाや装身具は付けません。
- ・ニーハイは、運動の妨げになるので、はきません。

集 団 行 動

一人はみんなのために
みんなは一人のために

- ・整列・前ならえ
- ・右向け右
- ・回れ右 ※体育だけでなく、災害等にも活用します。
- ・行進

ハ ン ド サ イ ン

しずかに素早く！

- 1… 起立して気を付け
 - 2… 片ひざ座り
 - 3… 体育座り
 - 5… 整列 前ならえ
- グー 口を閉じて待機・集中

体 育 学 習

持 ち 物

名 前 を 書 こ う ！

- ・体育着袋
- ・体操着（胸に名前）
- ・赤白帽子
- ・着替え

冬 季 服 装

体操着の上に着ます

- ・長袖（胸に名前貼る）
（フードや金具・ジッパー・ボタンが付いていないもの）
- ・華美にならないもの



誰でも気軽に楽しく
取り組みます

ツバッキー体操

オリジナル自校体操

- ・本校の新体力テストの課題が盛り込まれています。
- ・準備運動として全学年で取り組んでいます。

体 育 朝 会

年 間 の 取 り 組 み

- 4月 集団行動 1月 大なわ
- 5月 体づくり運動 2月 大なわ
- 10月 運動会練習
- 11月 ペース走

体 育 委 員

様 々 な 取 り 組 み

- ・主に生き生きタイムでの遊び（ボール投げ等）
- ・外遊びの声かけ
- ・体力アップスローガンの作成
- ・運動会の準備運動&整理運動
- ・ミニ逆上がり教室（4、5、6、9月）

本 校 の 取 り 組 み

マ ッ ス ル カ ー ド

夏休みの宿題として

- ・夏休みもコツコツと体力向上できるように作成しています。また、誰もがどこでも簡単に取り組めるような項目です。

運 動 だ ん ご

冬休みの宿題として

- ・冬休みもコツコツと楽しく取り組めるように作成しております。また、所沢名物の「だんご」をモチーフにしています。

なわとび検定

3 学 期 の 取 り 組 み

- ・なわとび検定やリズムなわとびに取り組んでいます。↑上記のQRコードからいつでも取り組むことができます。