



今月のテーマ

## 放課後子ども教室で 思いっきり投げて遊ぼう



放課後、思いっきり身体を動かして楽しく遊ぶことが、子どもの体力向上につながると言われています。ここでは投げる遊びを2種類紹介します。

### ●遊んでいたら投げるフォームが身についた？

「バトンスロー」は、低い位置から高い位置へ斜めに張った洗濯ロープに運動会のリレーで使うバトンを通して、下から上に投げ上げる遊びです。バトンを終点に届けようと繰り返し投げているうちに、自然とフォームが身について遠くまで投げられるようになっていくのが楽しいようです。



バトンよ遠くまで飛んで行け！

### ●「たまねぎボール」で的を狙うよ！

丸めた新聞紙にスズランテープをつけてガムテープで成形した、たまねぎ型のボールで的を狙って投げる遊びが「ターゲットたまねぎ」です。この手作りの「たまねぎボール」は、良いフォームで放物線を描きながら投げると、スズランテープがひらひらと舞うように飛んでいきます。子どもたちは、それがうれしくて、繰り返し投げています。



よーし次は100点だ

あだち放課後子ども教室は、子どもたちの自由遊び自主学習の場です。運動が得意な子もそうでない子も遊んでいるうちに自然と体力が向上する遊びを紹介していきます。

### スタッフを募集している放課後子ども教室があります。

スタッフは、各学校の実行委員会から選任された地域の協力者です。児童の受付や安全のための見守りなど、子どもたちの活動を支えています。詳しくはお問い合わせください。

放課後子ども教室担当 ☎5813-3732 平日 午前9時～午後5時

