



# よーい どん!

## 病気やケガに負けない体をつくろう!

長い休校が終わり、学校が再開しました。これからの時期は、気温が高くなり、暑い時期を向かえます。暑さに負けないような体をつくっていくことが大切です。まずは、早寝早起きをして、朝ご飯を食べて、歩いて学校に登校できるようにしましょう。「早く学校生活のリズムを取り戻そう!」また、これからは感染症防止を意識して生活して行かなければなりません。新しい生活様式を心がけて、毎日元気に生活できるようにしていきましょう。

今回の体育通信では、「目指せ!オリンピック選手カード」の結果を発表していきたいと思います。この機会に、オリンピックについても紹介していきたいと思います。

### <目指せ!オリンピック選手カード>

長い休校が続きましたが、それぞれの家庭で体を動かす工夫をして、毎日体を動かしている様子が見られました。この活動を通して、お家の人と一緒に運動している家庭も多く見られました。これからも、運動が家族団らんの一つに入り、家族の絆を深めるきっかけになっていただければと思います。

「結果発表!」

15人

5人

9人



おめでとう

## <オリンピックについて>

昨年の体育集会でオリンピックについての学習を行いました。そのときの内容から紹介していきます。



## ～オリンピック・パラリンピックとは～

オリンピックは、4年に1度行われます。世界中の国とちいきの人が集まって、スポーツをとおして心と体をきたえあい、交流しあって、世界の平和を目指しています。来年は、日本の東京にたくさんの国の人が集まって、様々なスポーツで競い合います。スポーツは、自分がやること（選手）だけで楽しむものではなく、見て楽しむこともできます。たくさんの国の人たちが、応援や競技に興味を持って日本に来ます。

## ～東京オリンピック NEW SPORTS 4種目～

### サーフィン



### 空手



### スポーツクライミング



### スケートボード



新しく4種目を加えて、オリンピックの競技は、33競技、339種目行われる予定です。また、パラリンピックでは、22競技、537種目が行われる予定です。インターネットでオリンピック・パラリンピックの公式サイトを見ると、競技が詳しく乗っています。お家の人と検索して、お気に入りの種目を見つけてみてください。

※第四小学校では、校庭にある肋木を使ってボルダリングで遊べるように工夫しています。各学年の体育で取り組んでいく予定です。

TOKYO2020



<https://tokyo2020.org/ja/>