

## ○キャンプインストラクター講座

～2, 3年冒険教育～



6月7日(月)2、3年生の冒険教育の授業は、美方高原自然の家の西垣幸造所長にご指導いただきました。キャンプの特性について教室での講義後、今日は「まき割り」「たき火」等の実践を行いました。この講座は、キャンプインストラクターの資格取得に向け、8回にわたって本校や美方高原自然の家で実施します。スポーツ系の生徒は、アウトドア合宿ですでに今日の内容は、体験しています。火おこしには少し手間取ったようです。参加者が安全にキャンプを行い、その活動を適切にサポートできるインストラクターとなれるように学んでいきましょう。また、今回のコロナウイルス感染症の影響で、ソーシャルディスタンスをとることも求められるようになりました。これが一番(?)大変そうでした。

## ○まずは体力回復!

～体育授業のようす～



2年生の体育の授業では、まずは体力の回復を目標に体を動かしています。体ほぐしのジョギングのあと、小体育館に入り「上体おこし」「立ち幅跳び」「反復横跳び」などの体カテストを行いました。「去年より落ちた!」という声も聞こえますが、元気に動けていました。普段は二人組で行う上体おこしも、今日は一人で行いました。

1年生は、分散登校になり今日で体育が、3回目になります。少しずつ体も慣れてきたようで、今日は校内マラソンコースやグラウンドのクロスカントリーコースを走っています。各自の体力の状態に応じて、ウォーキング、ジョギング、ランニングとペースを調整していました。