

## 家庭数

保護者の皆様

2019年9月吉日

烏山北小学校PTA

会長 米戸 誠治

家庭教育学級委員会

委員長 櫻井 千尋

## 第1回 家庭教育学級ご報告

今年度、家庭教育学級委員会では「育てよう心と身体自分らしく輝くために」というテーマで活動しています。

第1回家庭教育学級では、7月13日（土）に極真会館東京城西三和道場 烏山道場 岡本徹先生をお招きし、「夏に向けて、元気な心と身体をつくろう！空手体験教室」を開催致しました。

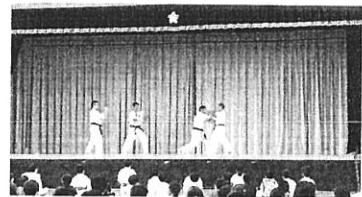
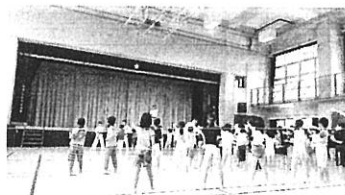
当日は約90名の子どもたちが参加しました。

### ■開催内容のご報告■

始めに全員正座をして、礼、黙想をします。極真空手の挨拶『押忍』で始まります。準備運動を行い、正拳、受け、足技などの空手における基本的な体の使い方である基本稽古を教わりました。

次に、基本稽古で行った技を移動しながら行う移動稽古を教わりました。空手は呼吸がとても大事なので、声を出して稽古を行います。子どもたちが大きな声を出して空手を行う姿は、とても迫力がありました。

最後に、岡本先生によるデモンストレーション「板割り」を見せて頂きました。迫力ある板割りに、子どもたちも大興奮でした。



### 子どもたちの感想

- ・楽しかった
- ・またやってみたい
- ・力が入ってしまい難しかったが、最後まで出来て良かった など…

殆どの子どもたちが、空手の体験は初めてでしたが、とても楽しく充実した様子でした。

以上