

体力をつけて、病気を吹き飛ばそう！

体力テスト実施 11.11 (水) ~12 (木) ...



立ち幅跳び



シャトルラン

写真は5年生の事前練習ですが、本来5月に実施している体力テストを先日行いました。美合っ子フェスタの後ですから、いい記録が出たのではと思いますが、今年度は全国の数値が出ないので、去年の自分の記録と比べてみてください。高学年は、握力・上体起こし・シャトルラン・長座体前屈・反復横跳び・5OM・立ち幅跳び・投球の種目を測定します。6年生は、修学旅行から戻った次の日に測定していました。タフですね…。どんどん体力をつけたいものです。

学校保健委員会 11.13 (金) 5限



手足の指に力を入れて、体が一直線になるようにすると、体幹が鍛えられるそうです。

駆け足開始 11.19 (木) ~30 (月)



1・3・5年



2・4・6年

基礎確認テスト対策は万全ですか？

外で走るとはいえ、今年度は万全を期して、朝と長放課と、全校を2回に分けて走ります。

朝A(奇数学年) 長放課B(偶数学年) 次週はA・Bが交代します。4・5・6組はいつもBです。

寒さ厳しい冬の到来でコロナウイルス感染者の急増が懸念されています。
◎保護者の皆様に今一度お願いです。
・ご家族等に陽性・濃厚接触者の疑い等があった場合、一刻も早く学校に連絡をください。お子様は自宅待機です。
・お子様に発熱・咳等の症状が見られた場合、登校を見合わせてください。(欠席とはなりません)。迷うような場合は、学校にご相談ください。

新型コロナウイルスの第三波が来ていると言われています。先日朝会でも皆に話しましたが、いよいよ他人ごとではありません。手洗い・消毒・マスク着用はもう当たり前、肘ハクションや換気等、来る冬に備え、できる限りの対策を個々で講じましょう。その一つに**体力や免疫力を高める**ことがあります。学校でも体力を高める学習が行われています。学校保健委員会は、スポーツ接骨院の先生をお招きし、運動脳をいかに刺激し、けがしない体をつくるか、実際に体を動かしつつ、体力向上も兼ねて学びました。駆け足も始まりました。苦しいでしょうが、頑張ってください。体力を高めます。マラソン大会、自己記録更新を。

校長室
だより

校訓 よく見る よく考える
伸びるのだ 動むのだ

助けあう



R2.11.24(火)
NO. 28



イチョウが一気に黄緑から黄色へ...

〈今週の漢字〉 同音(訓)異義語 四・五年生
火の消火 食物の消化 旅の行程 作業工程
百科事典 国語辞典 目が覚める 湯が冷める
傷を負う 犬を追う 服を着る 紙を切る