

12月くさなぎ寺子屋通

朝晩の寒さがきびしくなってきました。新型コロナウイルスは急速に収束していますが、感染拡大のないままこの年末をむかえてほしいものです。寺子屋は、コロナウイルスへの警戒を怠ることなく進めています。子どもたちは、元気に楽しんでいます。中には苦手な種目もあるようですが、一生懸命取り組んでいます。



保護者様へ

着替えや水筒の忘れ物がありました。持ち物には記名をお願いします。
消えている場合もありますので、再度、記名確認をお願いします。

12月の予定

12月 2日 (木) 屋内運動場	サッカー・タグラグビー
7日 (火) 体育館サブフロア	ダンス・新体操
9日 (木) 体育館メインフロア	ハンドボール
14日 (火) 屋内運動場 (半面)	陸上競技 (短距離走・リレー)
16日 (木) 屋内運動場	スナッグゴルフ
21日 (火) 体育館サブフロア	体つくり・跳び箱運動
23日 (木) 体育館メインフロア	バスケットボール



なぜ、運動は体にいいの？

- ① 骨が強くなる。
- ② 関節や筋肉が柔らかくなる。
- ③ 筋肉が強くなり、つかれにくくなる。
- ④ 心臓・肺のはたらきがよくなり、つかれにくくなる。
- ⑤ 血液がきれいになる。
- ⑥ 脳が活性化する。
- ⑦ 抵抗力がつく。
- ⑧ 気持ちが元気になる。

