

2月くさなぎ寺子屋通信



全国的に厳しい寒波と降雪に見舞われ寒さが厳しい季節ですが、くさなぎ寺子屋では元気に子どもたちが活動しています。学習時間では宿題を済ませ、プリント学習、自主勉強、読書、物語づくり、絵を描くなど集中しながらも楽しむ姿が多く見られます。また、スポーツを仲間と楽しみ、上級生が下級生をリードする、うまくいかなくてもくよくよせずチャレンジする、成功した時の喜ぶ笑顔も見られます。お迎えの時間を少し早めにして、子どもの1年の成長を見ることも楽しいかもしれません。好きな種目・得意種目を聞いて、ぜひ会場に足を運んでみてください。



ハンドボール



跳び箱

段階を踏んで練習します



バウンドテニス

バスケットボール

ベルテックス静岡の選手と一緒に練習・ゲーム。本物にチャレンジ!!



シュート!うわあ!!



サッカー



お知らせ

スポーツ能力測定会

2月5日(土)午前

このはなアリーナサフ7フロア

チャレンジスポーツ

2月11日(金・祝)午前

静岡県立浜松工業高校

ボクシング・アーチェリー・

ラグビー にチャレンジ!

申し込み 2月9日(水)まで

ビクトリークリニック

2月23日(水・祝)午後

アーティストックスイミング

飛び込み

静岡県立水泳場(静岡市)

申し込み 2月16日(水)まで

ビクトリークリニック

飛び込み

3月5日(土)午後

静岡県立富士水泳場

申し込み 2月28日(月)まで

2月の予定 ※いつもの曜日でない日があります。

- | | | |
|----------|-----------|-----------|
| 2月 1日(火) | 体育館サブフロア | 卓球・バドミントン |
| 3日(木) | 屋内運動場 | スナッグゴルフ |
| 8日(火) | 屋内運動場 | ホッケー |
| 9日(水) | 体育館メインフロア | バレーボール |
| 15日(火) | 体育館サブフロア | ダンス・新体操 |
| 17日(木) | 屋内運動場 | タグラグビー |
| 22日(火) | 体育館サブフロア | 器械運動 |
| 24日(木) | 体育館メインフロア | キックベースボール |
| 28日(月) | 体育館サブフロア | 運動ゲーム |



運動で関節や筋肉が柔らかくなるって?

運動すると、関節や筋肉が柔らかくなります。これは、体を動かすことで、骨をつなげているものや筋肉を包んでいるものが引き伸ばされて、固くなるのを防ぐからです。人は体を動かしていないと、だんだん固くなるようにできています。 ※体がかたいと、怪我をしやすくなります。

