

4月16日（金）

5月15日（土）の連合運動会に向かって陸上練習が今週より開始しました。5、6年生の参加ですが、本校では「体づくり」の意味もあり3、4年生も参加しています。雨の日は体育館、晴れれば校庭で「体づくり」をしています。子どもたちも体を動かしながら笑顔です。スポーツには本来「楽しませる」「遊ぶ」という語源もあるそうです。そういう意味でも、楽しんで体を動かすことがとても大切です。



練習初日の様子です。

笑顔で楽しんでいて素晴らしいです。

先生が、さまざまな基礎的な運動を指導していきます。

最後のメニューはクーリングダウン（体を休ませる運動）で初日を終わりました。

