

『武庫庄っ子』(生活指導通信)

平成29年度 年間重点生活目標 「気持ちのよいあいさつをしよう」

◇11月◇

生活目標

かぜに負けない体をつくろう

さて、11月の目標は、かぜに負けない体をつくることです。最近の運動場では、ボール遊びとともに、なわとび遊びが大人気！体育の授業でもよく行われています。これから気温も低くなってきますが、外でしっかり運動をして、強い体をつくってもらいたいです。

日々、継続して運動を続けることで、持久力、瞬発力、筋力など総合的な体力をつけることができます。内にこもらず、体を動かすことで、精神的にも開放され、心の安定を保つことができます。友だちとともに楽しく運動することで関わりが深まり、よりよい人間関係づくりにもつながります。



11月(霜月)

朝晩の冷え込みが一段と応える季節になってきました。暗くなる時間も早くなってきていますので、下校後の遊び時間についてもご家庭で話し合いをされて事故やトラブルに巻き込まれないようにしていただければと思います。

また、自転車で鍵をかけてから遊ぶことや、暗くなったら自転車のライトを点灯して乗ること、暗くなると曲がり角で歩行者とぶつかる危険もありますので、曲がり角では速度を落として確認することなど、ご家庭で話し合ってもらえればと思います。