

めまっこ 号外

ぼんじてってい ～凡事徹底～

令和5年6月5日

発行者

校長 三浦 了二

体力・運動能力調査

6月1日に体力・運動能力調査を実施しました。たてわり班ごとに種目をローテーションしながら、握力とシャトルラン（後日学年ごと実施）を除く6種目を実施しました。一人一人自分の全力を出して頑張りました。

体力の低下は宮城県・大崎市の大きな課題となっています。体力は「活動の源」であり、単にスポーツをするためだけに大切なのではなく、生涯にわたって健康な生活を送るために大切なものです。さらには勉強などの意欲や気力などにもつながります。

各ご家庭においても、「はやね、はやおき、朝ごはん」の生活習慣の確立とともに、家族で軽運動に取り組んでみるのもいいかもしれません。

今回の結果については、後日個人の記録カードを各ご家庭に持ち帰らせていただきますのでご確認ください、お子さんの体力について話題にいただければと思います。ぜひ、昨年よりも少しでも向上したところを褒めていただければと思います。



ソフトボール投げ



50m走



反復横跳び



長座体前屈



上体起こし



20mシャトルラン