

10月23日(月)全校朝会

【校長先生より】

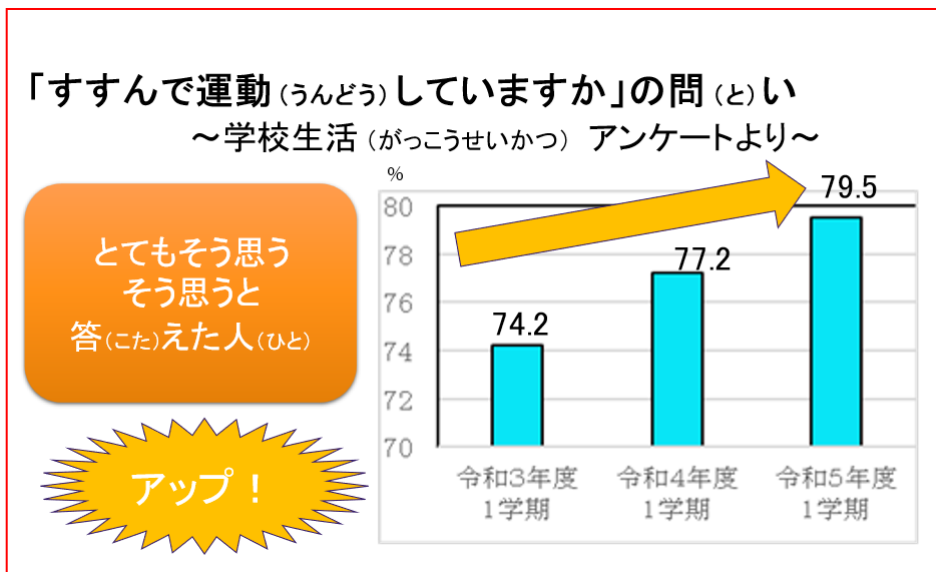
久しぶりの全校朝会です。感染症対策のため、オンラインで行います。

今日は、養護教諭から体力と健康について話をしてもらいます。

【養護教諭より】「体力アップ！元気アップ！」

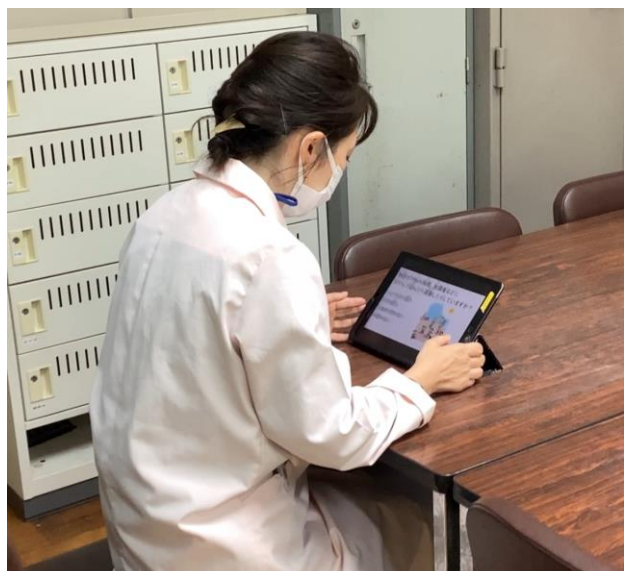
皆さんは、朝遊びや休み時間、放課後などに、すすんで遊んだり運動したりしていますか？

1学期に聞いたアンケート結果を示します。「すすんで運動をしていますか」の問いに対しては、年々肯定的な回答が上がっています。

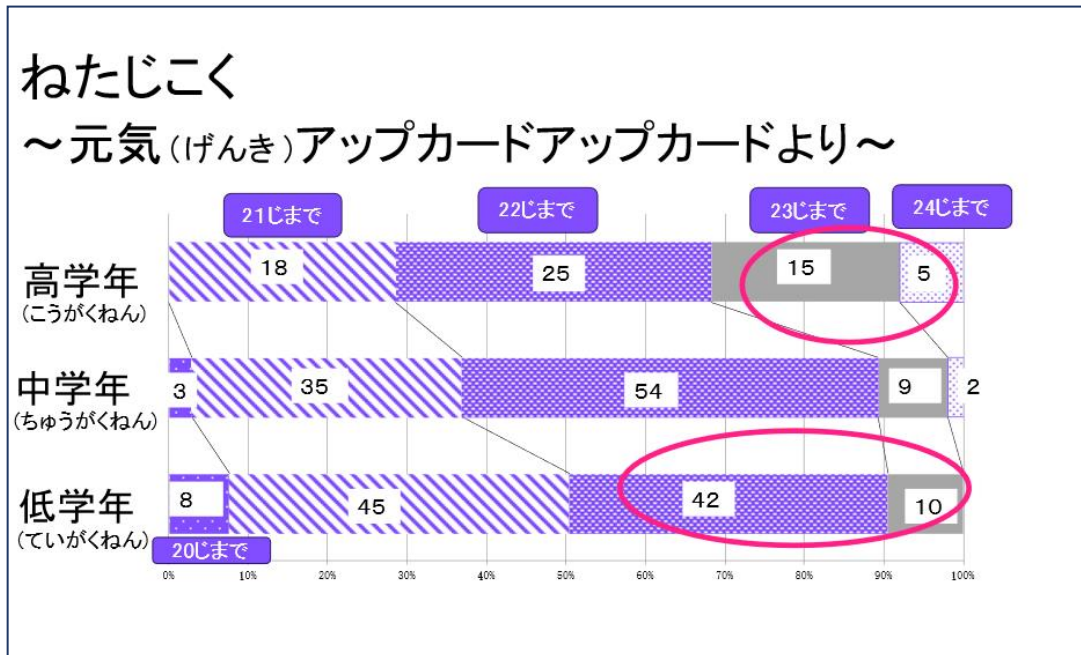


また、6月に行った体力テストでは、長座体前屈の結果が女子・男子とも、東京都・国の平均よりもよい数字でした。ソフトボール投げの結果が昨年度よりよい結果でした。校庭でのあてを、やっていますか？的あてやボール投げの遊びが、ソフトボール投げの結果アップにつながっているかもしれません。外遊びを楽しむ中で、自然と体力がついてきます。スポーツの秋です、外でたくさん遊びましょう。今日から朝遊びが始まりました。7:30～8:15 までです。

人間は寝ている間に成長ホルモンがでます。成長ホルモンは、夜 10 時から夜中の 2 時までに多く分泌されます。体の疲れをとったり、体を成長させたりします。



メディアタイム(テレビ、ゲーム、タブレット、スマートフォン等)についてです。メディアタイムが長い人には、寝る時刻が遅い人が多かったです。メディアタイムはおうちの人と決めた時間を守りましょう。



ねるじこく

- ・低学年(ていがくねん)は 21時(じ)までにねましょう
- ・高学年(こうがくねん)は 22時(じ)までにねましょう

外遊びで体力アップし、生活リズムを整え、秋を元気に過ごしましょう！！

【表彰】

三鷹市民体育祭陸上競技大会
3・4年生100m準優勝



調布市民体育祭大会
ミニフロアボール協議会小学生低学年の部
プレルボール準優勝



サッカーU-8大沢カップ優勝



日本一周読書の旅制覇6年生1名、1年生1名



【6年生から今年度の本校の合言葉の紹介】

「輝け！！可能性無限大の星」

この合言葉には、次のような意味が込められています。

「輝け」・・・好きなことを生かして伸ばして、輝いてほしいという意味が込められています。

「可能性無限大の星」・・・まだまだ私たちは子どもです。野球をたくさん練習すれば、プロ野球選手になれるかもしれません。歌の練習をたくさんすれば、すごい歌手になれるかもしれません。可能性は無限大ですという意味が込められています。



このポスターを東側と西側の昇降口に掲示します。このポスターを見たら、合言葉を口ずさんでみてください。

【看護当番より】

今週の目標は、「ろうかは**みかん**」です。

み・・・右側

右側を歩こうです。

か・・・かけない

ん・・・「ん」の口で(静かに歩こう)