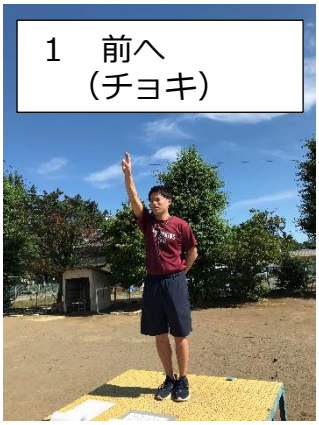
黒小体育通信

令和２年６月２２日（月）
黒浜小学校体育部　No.　1

　黒浜小学校では、「よく学ぶ子」「心豊かな子」「たくましい子」の育成を目指しています。さて、今年度は運動会がありませんが「体力向上」に努めていきます。そこで、運動についての情報の発信として「黒小体育通信」を発行します。本紙を通して、本校の運動の取り組みや授業の様子を知っていただければと思います。また、ご家庭でもできる運動や練習などについても紹介します。よろしくお願いします。

　６月から学校が再開しました。校庭で元気に遊ぶ姿や朝マラソン、朝ダッシュをがんばる姿が見られます。さて、黒浜小では朝のおはよう運動を低・中・高学年にわかれ取り組んでいます。まず、気をつけや体育座りなどの集団行動を中心に行っています。きびきびと動くこと、全員の動きをそろえることを意識して取り組んでいきます。

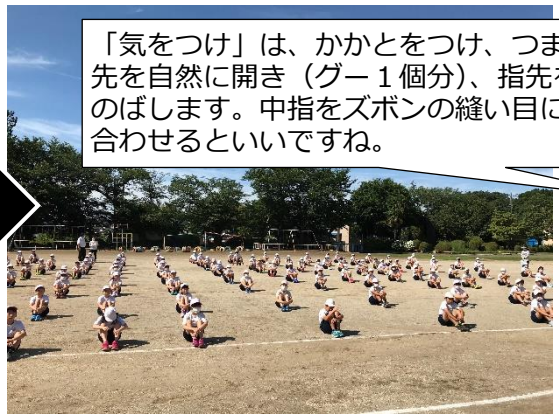
１　前へ
（チョキ）



２　ならえ
（腕を右へたおす）

高学年の整列の様子

体育すわり
（グー）



「気をつけ」は、かかとをつけ、つま先を自然に開き（グー１個分）、指先をのばします。中指をズボンの縫い目に合わせるといいですね。

起立
（パー）

　おはよう運動ではラジオ体操を行います。ご家庭でも取り組んではいかかでしょう。

コツコツときたえた体はたからもの

　埼玉県の体育の合言葉です。体力向上のためには、コツコツと運動を積み重ねていくことがとても大切です。学校・家庭・地域で協力して、児童の体力を向上させていきましょう。