

# かけ足タイムスタート



画質を落として掲載しています。

かけ足タイムがスタートしました。

昨年度は、かけ足タイムもマラソン大会も中止でしたが、何とか今の感染状況を踏まえて、対策を十分に講じながらの実施です。集会校時を活用し、1時間目までの朝の時間に、2・4・6年と1・3・5年に分かれて2部制で行います。マスクについては、原則はずして走りますが、気になる児童については自分の体調に合わせて、しんどくなったら必ずはずすよう指導しています。



画質を落として掲載しています。

いいお天気の中、朝からしっかり走ることは、とっても気持ちいいものです。走るのが苦手な子も、自分のペースで楽しむように走るといいです。ペースは人それぞれ。期間限定ではありますが、生活習慣を見直すきっかけの時期にしましょう。夜遅くまでゲームをしたり、YOUTUBEを見たりしていると、朝は思うように体が動かないものです。1日を爽やかにスタートする「朝活」を約1か月、みんなでがんばりましょう。ご家庭でもお声かけと朝食を食べていけるようご協力お願いいたします。



画質を落として掲載しています。