

室内での体力づくり



厳しい暑さの日が続いています。熱中症予防のため、WBGT(暑さ指数)に基づき、休み時間の外遊びを制限しています。そこで、暑さのため校庭で遊べない日には、教室でできる体力向上のためのトレーニングを取り入れることとしました。業間の時間に涼しい教室内で、柔軟運動や体幹を鍛える運動、かえる倒立など、縦割り班ごとに種目を決めて取り組みました。



草刈りボランティア

18日(日)、草刈りボランティアの方が「蔵王の森」を中心に除草をしてくださいました。早朝より来校していただき、大変ありがとうございました。とてもきれいになり、気持ちよく夏休みを迎えられます。暑い中、大変お世話になりました。

