

R7 体力づくり

10月に入り、暑さもだいぶ和らいできて、秋を感じる時期になりました。

「スポーツの秋」と言われるように、上尾小の子供たちも元気に外で遊んだり、運動したりする姿が多く見られます。

そのような中、10月からは、業間休みに校庭で学年ごとに走る「体力づくり」が始まりました。



曲に合わせて、自分のペースで走る子供たち。継続して取り組んでいけば、持久力もついてくるはずです。

今年度の持久走大会は12月4日(木)、5日(金)です。学習はもちろんですが、目標に向かって体力づくりも頑張ります。

