

カラフル2

本渡東小 4年

学級通信

11月2日(木)号

担任 津田貴斗

11月の目標:正しい言葉づかいをしよう。

11月	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
行事	委員会活動	フッ化物洗口	4時間授業		不審者避難訓練
朝	読書タイム	学級タイム		朝スポタイム	学びタイム
1	国語 世界にほこる和紙 下教P43~56	国語 世界にほこる和紙 下教P43~56	国語 世界にほこる和紙 下教P43~56	国語 世界にほこる和紙 下教P43~56	国語 世界にほこる和紙 下教P43~56
	算数	算数	道徳	体育	理科
2	がい数とその計算 下教P20~31	がい数とその計算 下教P20~31	ふるさとを守った 大イチョウ	持久走練習	私たちの体と運動
3	理科 私たちの体と運動	社会 きょう土を開く 私たちの熊本 P53~64	算数 がい数とその計算 下教P20~31	算数 がい数とその計算 下教P20~31	音楽 音楽今昔 教P38~47
	理科 私たちの体と運動	総合 祭り	体育 マット運動	社会 きょう土を開く 私たちの熊本 P53~64	算数 がい数とその計算 下教P20~31
5	外国語 Unit7-1 What do you want?	体育 持久走練習		国語 世界にほこる和紙 下教P43~56	行事 不審者避難訓練
	委員会 活動	音楽 音楽今昔 教P38~47		総合 祭り	
もってくるもの	はみがきセット エプロン(当番) 上ぐつ、図書の本、	体育セット	体育セット	体育セット	
下校	4:00	4:05	1:00	4:05	3:20
バス	4:10	4:15	1:10	4:15	3:30

「自分に克つ(かつ)」

来週から持久走の練習が始まります!走るのが苦手な人や嫌いな人は、「したくないな。」と思うかもしれませんが。走り終わった後に「きついな。」と思うかもしれません。何かと疎遠される持久走ですが、たくさんの素晴らしい効果があります。長い時間走り続けることで、心臓や肺がきたえられ、風邪をひきにくい体になったり、将来心臓や血管の病気にかかりにくくなったりします。健康面でのいいことだけではなく、脳や心も鍛えられます。脳の力がアップし、新しいアイディアが生まれたり、ストレス解消にもつながったりします。また、苦しい時に一步一步前に進み続け、過去の自分を克服していくことが心の強さにつながっていくと思います。持久走の期間でさらなる強い心を手に入れ、成長していきましょう!