



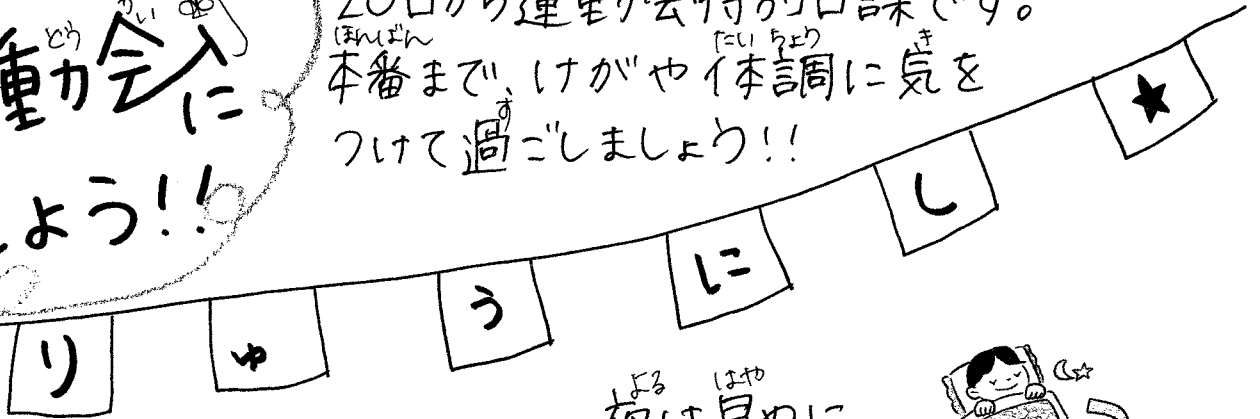
2024. 9. 20

No. 8

竜西い・ほけんしつ

たのしい
運動会に
しよう!!

はつか うんどう かい とくべつ にっか
20日から運動会特別日課です。
ほんばん 本番まで、けが や いんちゆう き
つけて過ごしましょう!!



て あし
手や足のつめは
きり
七割って
ありますか?

よる はや
夜は早めに

ねて、
その日のつめを
しっかりとりましょう



くつひもは
しほどけて
いけい
かな?

れんしゆまえ るく
練習前に服そりチェック!!

うご
重きやすいかな?

あつ さいごく たいいんくす
暑さ対策のために、体育着の
すそは出しましょう。

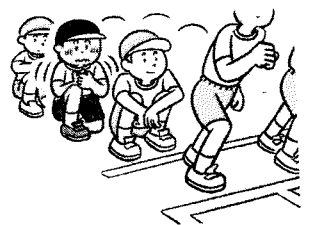
(せんせい し い とき
先生からの指示があったら、足は
短パンに入れます。)

くつのサイズは
あっていますか?
か ば あい
買いかえる場合は
はや
早めにして、はき足らして



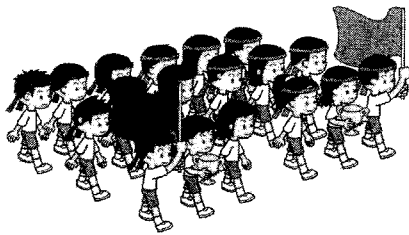
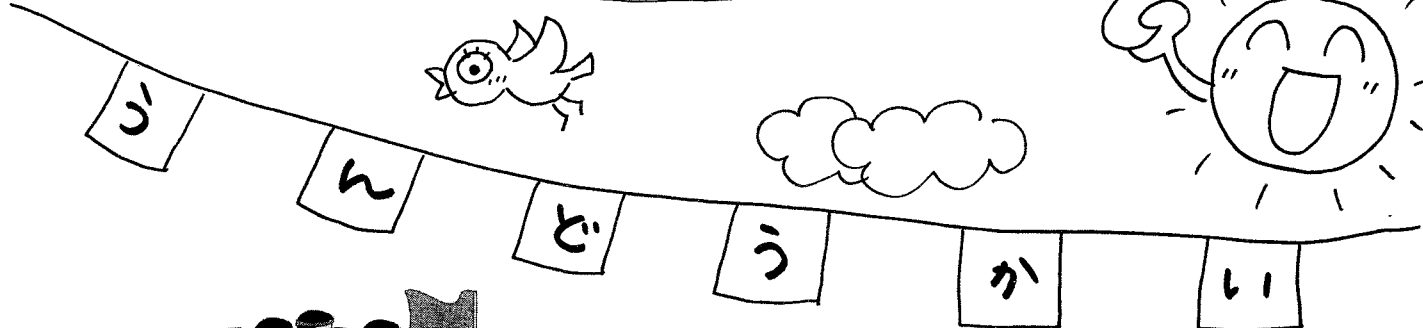
あきましょ。

じやうず
上手にできるかな?
しうはい
失敗したらどうしよう...。
しんはい とき
いざなことがあるときは、
おし
教えてください。



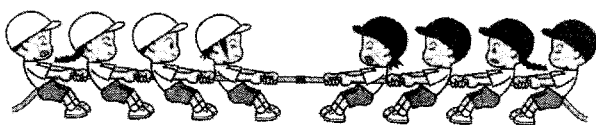


10月5日は運動会!! 本番において、
本格的に練習が始まりますね。
みんなの一生懸命な姿、楽しみに
しています!! 思い出に残る運動会に
なるといいな。



けがの予防のために
準備運動をしっかり
やりましょう。

あかしろ
赤白ぼりしも
わすれずに
ね。



体調が悪い時には
早めに先生に言いましょう。
無理せず
休けい
しましょう。



こまめに
水分補給も
わすれずに...



朝ごはんをしっかりと
食べましょう。
塩分と水分が
一系にとれる
おみそ汁が
おすすめです。

みんなで声をかけあって、

楽しく
練習
しましょう!

