

令和3年11月8日

保護者の皆様

岸和田市立山滝小学校

令和3年度持久走週間の実施について

晩秋の候、保護者の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、今年度も子どもたちの更なる体力の増進に向けて、持久走に取り組みます。学校では、自分の体力に
応じたペースで一定時間内に走ることができるように指導していきます。

つきましては、下記の実施要項ならびに持久走健診の案内をご覧くださいまして、子どもたちが安全に元氣
に体力作りに取り組めるよう、ご配慮とご協力をお願いいたします。

記

1. 目的

- ・最後までがんばろうとする根気強い精神を養うと共に、持久力を高める。
- ・戸外で元氣よく活動する習慣を身につける。

2. 日時・方法

- ・令和3年12月1日(水)～12月8日(水) 20分休憩 雨天順延 9日(木)まで
- ・1・2年は3分、3・4年は4分、5・6年は5分間走を行う。

当日の朝は登校前に健康観察を行い、見学をする場合はその旨を連絡帳に記入してきて下さい。
保護者からの連絡がない場合は基本的に参加となります。

3. 服装・準備物

- ・体操服・汗ふきタオル・水筒(お茶)

4. 持久走前健康診断について

日時：11月11日(木) 13:30～

対象：児童全員

※特に体調面で気になること、心配なことなどがあれば、下記にご記入の上 10日(水)朝までに担
任へ提出をお願いします。健康診断の結果、学校医からの連絡事項や病院受診が必要な場合は「結果
のお知らせ」をお渡しします。

..... 体調面で気になること、心配なことなどがあれば、記入・提出下さい

年 組 名前

例えば…「乾いた咳が続いている、走ると咳が出る」 など

締め切り 11月10日(水)まで