

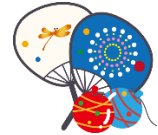
夏休みのしおり

北本市立北小学校
第 6 学 年
令和 6 年 7 月 1 9 日

☆楽しい夏休みがスタートします☆

子どもたちが待ちに待っていた夏休みが明日から始まります。健康・安全に留意して小学校生活最後の夏休みを有意義にお過ごしください。そこで以下のことに気をつけて欲しいと思います。

- 自分の行動に責任をもちましょう。
 - 交通ルールを守り、事故のないように過ごしましょう。
 - 宿題、勉強は計画的に進めましょう。
 - 普段できないような体験をし、心も体も一回り大きく成長しましょう。
- 9月1日の始業式に、全員が元気にそろふことを楽しみにしています。よい夏休みを！



おしらせ

- ・家庭科のトートバックの注文した布等が届きました。2学期の授業で使用しますので、大切に保管をしてください。

☆夏休みの課題(課題が終わったら、□にチェックをしましょう！)

- 夏スキル(別冊付き) 丸つけ・直しなどの確認はご家庭でお願いします。
間違えた問題は必ずやり直し、できるようにしましょう。
- 北小パワーアップビンゴ 2学期の運動会に向けて、がんばりましょう。
- スマイルドリル 1学期の学習範囲をすべてやる。何回でもやっていいです。
- 夏休みの作品募集の中から2つ以上
(ポスター、絵、習字、作文、理科・家庭科の自由研究など) 詳細は、
別紙「夏休みのしおり」参照
- 歯みがきカレンダー
- その他 読書 自主勉



☆始業式の持ち物

- 通知表 (印をお願いします) 宿題 応募作品 図書室で借りた本 道具箱
- ぞうきん 2 枚 (1枚だけ名前を書いて) 連絡帳 筆箱 上ばき 防災頭巾

☆体育大会の放課後練習について

- ・9月上旬より、体育大会の放課後練習を予定しています。下校時刻が変更となり、遅くなります。下校時刻の詳細については後日、ご連絡いたします。

お願い

2学期は運動会や体育大会などの体育的行事があります。ご家庭での体力作りとして下のようを一覧を作りました。運動会でも使う予定の技も入っていますので、ぜひご家族で取り組んでください。(5秒間静止できるようにお願いします。)

<p>しゃちほこ</p> <p>キム! 上を向いて体をそらす。</p> 	<p>うでたてふせ</p> <p>キム! 頭からかかとまで一直線にする。</p>  <p>おしりが上がらないようにする</p>	<p>V字バランス</p> <p>キム! 手を横に伸ばしバランスをとる。</p> 	<p>スロープ</p> <p>キム! つま先をできるだけ遠くへ出す。</p> 
<p>ブリッジ</p> <p>キム! 体をそらして腰の位置を高くする。</p>  <p>視線は床</p>	<p>片手バランス(交互)</p> <p>キム! 頭から足先まで一直線にする。</p>  <p>腰が落ちないようにする</p>	<p>足上げブリッジ</p> <p>キム! つま先までしっかり伸ばす。</p> 	<p>アンテナ</p> <p>キム! つま先まで伸ばす。</p>  <p>腰を高くする</p>
<p>水平バランス</p> <p>キム! 体を水平にする。</p> 	<p>逆さブリッジ</p> <p>キム! 足首を持って、体を反らす。</p> 	<p>開脚バランス</p> <p>キム! 足首を持ち、つま先までしっかり伸ばす。</p> 	<p>足上げ馬</p> <p>キム! 足の裏で、膝を支える。</p> 