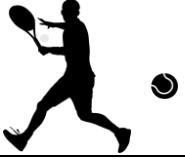


い　ち　ご　い　ち　え 一　期　一　会		築港中学校 48期生 学年だより(主任:吉田) 2024.4.18 第10号
-------------------------------	---	--

体力テスト スタート

今日から体育で『体力テスト』がスタートしました。体力は身体の成長とともに、年々伸びていきます。しかし、『中身』は勝手に伸びません。中身は意識して鍛えていくことで伸びていきます。まずは、中学生レベルの『準備』・『姿勢』から鍛えていきましょう。

2年生が体力テストのサポートをしてくれていました。来年の今頃には48期生がそんな先輩になれるように中身を鍛えましょう!



今日は握力
上体起こし
長座体前屈
反復横とび
を実施しました。
来週は、シャトルラン
ハンドボール投げ
50m走などを実施します。

今後の連絡

19日(金) 6限:生徒会選挙

22日(月) 全校集会※8:25には整列完了 4限:道徳 45分×6

23日(火) 3限:心臓検診

家庭訪問期間 45分×4 特別時間割 ※給食あり

	1限	2限	3限	4限
24日(水)	技	社	英	体
25日(木)	数	国	英	体
26日(金)	美	音	家	数

家庭訪問期間中、部活動の予定をよく確認しておきましょう。部活動と重なる場合は、顧問の先生に家庭訪問の時間を伝えて、間に合うようにはじめましょう。