

深大寺小からこんにちは

令和8年3月2日(月)

# ちよこプラ1 (全校朝会)

3月2日(月) 全校朝会



今朝の全校朝会の様子です。『ちよこプラ1の取組として全校のみんなでラジオ体操をして、体力を高めたい。』という運動委員から出されたアイデアが形となり、今日の全校朝会の時間にみんなで取り組みました。また、校長先生の話では、ラジオ体操のよさを3つ紹介してもらいました。

1. 約3分で全身運動ができる 2. 姿勢がよくなる 3. 血流がよくなり頭がよくなる

久しぶりにラジオ体操に取り組みましたが、最後の深呼吸をする直前には少し息が上がっていました。今回を機会に、継続してラジオ体操に取り組むのもいいなぁと感じました。

