

持久走が始まっています！

1月になり、寒さも本格化してきました。例年に比べ今年の冬は暖冬になると言われていますが、今日は風が強く、体感的に寒さを感じる日でした。

そのような中、保健体育の授業では持久走が始まっています。全学年、男女を問わず持久走をします。持久走が得意な生徒もいますが、多くの生徒は苦手としているようです。持久走は、きついことですが、体力アップや自分自身の心の成長のために頑張ってもらいたいと思います。

持久走は前後半の2つに分けて実施しています。走らないチームはタイムをとっていますが、同時に応援をしています。この応援の声がとてもよいです。走っている人を励ますために大きな声で「がんばれー！」と言っています。校長室で聴いている私にも勇気と元気が届く素敵な声です。声援をエネルギーに変え、自己ベスト更新を目指しましょう！

☆ 持久走の様子と今日の給食です

