

### 〈ワークシート〉

## ○着衣泳

水の事故から大事な命を守るため、5・6年生が着衣泳の学習を行っている。消防士の方々にご指導いただき、服を着たままプールに入った時の危険さや浮くための方法などを体験している。



〈着衣泳の様子〉

## ○姿勢エクササイズ

姿勢を維持するには筋力が必要なので、その筋力をつけるため、県運動技術協会の講師の先生にご指導いただき、田中小独自の四つ星エクササイズを考案し、学校で組んでいる。年間3回実施している「田中つ子元気チェック」の中に、親子で一緒にチェックする項目も入れ、家庭にも意識付けをしている。また、定期的に昼休みに健康委員会が姿勢検定を行っている。



〈エクササイズチェック表〉



〈健康委員会による姿勢検定の様子〉

## ○田中小学校マラソン大会

マラソン大会は、毎年多くの保護者や卒業生・地域の方が参加し、沿道での温かい応援もあり、大変盛り上がっている。2月初めの大会に向けて12月から毎日練習し、子どもたちの健康な体づくりになっている。



〈マラソン大会の様子〉