

おおたしょうがっこう
太田小学校

せいかつ 生活だより

2月号

2024.1.31

きも
気持ちをきりかえよう！

3学期が始まりました。学校生活のリズムにはなれましたか？自分で起きることはできましたか？起きることができた人は、明日も明後日も続けてください。できなかった人は、早寝を心がけたり、0時にはふとんに入ったりするなどしてみましょう。

朝ごはんを食べると元気がでます。朝ごはんをゆっくりと食べられる時間に起きるようにしましょう。早起きをすると、夜も早めに眠れますよ。3学期もみんなで元気な太田小学校にしていきましょう！！

1・2月の生活目標

さむ ま げんき かつどう
寒さに負けずに元気に活動しよう

- 学校生活の約束を思い出す。
- 進んであいさつをする。
- たくさん体を動かす。



せいかつ おも だ
生活のきまりを思い出そう！

生活のリズムを学校用にもどしましょう。それに合わせて、学校のきまりも思い出しましょう。みなさんが思い出すのはどんなことでしょうか？「授業の始まるじこく」「ろう下を歩くこと」「きれいにかたづけること」「ものを大切にすること」などたくさんありますね。1つずつ思い出して、やっていきましょうね。

じょうず つづ
上手なあいさつを続けよう！

2学期はよいあいさつができ、大変気持ちがよかったですね。3学期はさらにレベルアップします。
○進んであいさつする。 ○聞こえる声であいさつする。 ○先にあいさつする。

さむ ふう うんどう
寒い冬こそ運動を！

冬は寒さのために運動不足になりやすいです。また、寒さから身を守るために脂肪もつきやすい季節です。筋肉が硬くなりやすく、急に運動をするとけがをしやすいので、まずはストレッチや体操から始めてみましょう。