



# 萩中小だより12月号

学校ホームページ: <http://haginaka-es.ota-school.ed.jp>  
住所: 〒144-0044 東京都大田区本羽田3丁目4番22号  
電話: 03(3742)5381 FAX: 03(3742)5382

大田区立萩中小学校 令和7年11月28日発行

## 持久力を付けて体力向上へ

副校長 河野真典

夏から秋への移行期間をあまり感じることなく、最近は冬を感じる寒さの日が増えてきました。萩中小学校では、体力向上の一環として、11月4日から、5,6年生を対象に「放課後持久走練習」に取り組んでいます。毎週火曜日・木曜日に、本格的な長距離走の練習を行っています。全身持久力や心肺機能を高めるために、インターバル走やビルドアップ走、レペーションなどを行っています。この練習への参加には2つの目的があります。1つは「持久力を身に付けて体力の向上を図る。」もう1つは「小学生駅伝大会に向けて選手に選ばれる。」です。

11月27日に選手選考トライアルを行い、5,6年男女8名ずつの計16名が選出されました。16名は12月9日に最終トライアルを行い、走る区間が決定します。選手に選ばれなかった児童も、この1か月間の練習で急速に持久力がアップしています。12月12日の最終練習まで、全員で練習に取り組んでいきます。選手は12月13日の第14回大会に向けて、それ以外の児童は、12月11日の萩中小校内駅伝大会に向けて、さらに力をつけていきます。大田区小学生駅伝大会で萩中小学校は、過去に2位という成績を収めたことがあります。その成績に近付けることを目標にがんばっています。

## 【12月の行事予定】

日	曜	予定 ※校庭開放(A 午前 P 午後)	1年	2年	3年	4年	5年	6年	※
1	月	全校朝会 委員会活動 個人面談①	4	4	4	4	5	5	
2	火	個人面談②(月曜時程)	5	5	5	5	5	5	
3	水	個人面談③ 福祉学習(白杖体験)4年	4	4	4	4	4	4	
4	木	合唱団発表 生命尊重週間・人権啓発作品展開始 個人面談④(月曜時程)	5	5	5	5	5	5	
5	金	個人面談⑤(月曜時程) 避難訓練(津波)	5	5	5	5	5	5	
6	土	管楽器合唱合同演奏会(アプリコ)PM							A
7	日								P
8	月	全校朝会 クラブ活動 お話会1・2年	5	5	5	5	5	5	
9	火		5	5	5	6	6	6	
10	水	駅伝壮行会 小中高音楽交流会(合唱団) 生命尊重週間・人権啓発作品終了	4	4	4	4	4	4	
11	木	安全指導 色覚検査(4年希望者)消防署見学(3)	5	6	6	6	6	6	
12	金	たてわり班活動 下校指導1年 福祉学習(盲導犬)4年	5	5	6	6	6	6	
13	土	小学生駅伝大会・第1部出場(大田スタジアム)AM							
14	日								P
15	月	全校朝会 補習教室⑤	5	5	5	5	5	5	
16	火	音楽ワークショップ1・2年 お話会3・4年	5	5	5	6	6	6	
17	水	児童集会	4	4	4	4	4	4	P
18	木		5	6	6	6	6	6	
19	金	お話会5・6年	5	5	6	6	6	6	
20	土								A
21	日								P
22	月	全校朝会 福祉学習(ブラインドサッカー)4年	5	5	5	5	5	5	
23	火		5	5	5	6	6	6	
24	水	給食終	4	4	4	4	4	4	
25	木	終業式	4	4	4	4	4	4	
26	金	冬季休業開始(～1/7(水)まで)							
27	土								
28	日								
29	月	閉庁日始(完全機械警備～1/3(土)まで)							
30	火								
31	水								

生活指導目標<12月>

「時と場に  
応じた  
あいさつをしよう」

萩中小学校を  
代表して頑張ります!!

