☆かけ足頑張ったよ！☆

年明けから始めたかけ足は、約１ヵ月ほど毎朝の日課として続けてきました。初めは「寒くていやだ」「疲れるからやりたくない」という声もありましたが、続けていくうちに、走ると体が温まることや、自分なりのペースで走ればよいこと、ゆっくりでもいいから最後まで走り切ることがかっこいいということがわかり、徐々に積極的に走れる子が増えてきました！

かけ足の活動を通して、寒さに負けない体作りだけでなく、最後までやり切る力や自分に負けない諦めない心も育ってきた子どもたちの姿に頼もしさを感じました。

まずはじゅんびうんどう！

さいごまでがんばって
はしれるよ！