

1月 スマイル動画

スマイル(健康教育・食育)は、子どもたちにこころとからだの健康、食について伝えていくものです。動画教材を活用しながら、学んでいきましょう。

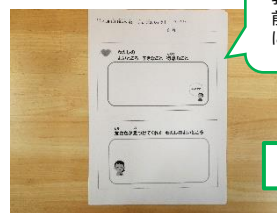
今月はこころを元気に！の学習をします。自分やともだちのよいところを見つけながら、こころとからだの健康について考えてみましょう。



動画サムネイル



QRコード



今月の教材

教室で動画を見る前に、保健室にとりにきてください。

ワークシート



スマイルは家庭でも学習できるよう動画をリストにして紹介しています。QRコードを読みとってご覧いただくか、保護者用ホームページよりお入りください。

ことし ^{ねが}今年もよろしくお祈いします。

令和6年
龍年



新しい年がはじまりました。
今年はどうな年にしたいですか、どんなことに挑戦してみたいですか。健康に気をつけて元気にすごしていきましょう。今年もよろしくお祈いします。

しつよ 質の良いすいみんをとるためのおススメ生活

- ・昼間は、適度に運動しましょう。
- ・お風呂では湯がぬにつかって、からだをあたためましょう。
- ・寝る3時間前くらいには食事をすませましょう。
- ・寝る前にスマホやタブレットはなるべく見ないようにしましょう。
- ・自分にあつた布団やまくらをえらびましょう。

