

暑さ・寒さを吹き飛ばせ！つるくぼ体育スタイル！

★体育の服装（着方）★

体育の服装は半そでが基本です。

寒い時には長そでを着用しましょう。また、名前をわすれずに書きましょう。

肌着は、着用してかまいません。

シャツはズボンの中に入れておきましょう。上着の着用は、基本的に準備体操・準備運動の時のみとしています。

★ぼうしについて★

赤白・黄緑ぼうしがいつでも使えるように、体そう服のふくろに入れておきましょう。

※髪が長い子は、たばねておきましょう。また、華美なヘアゴム等は避け、ピンなどは外しましょう。

★良い動きをするために（くつ下）★

短すぎる・長すぎるくつ下は、運動にふさわしくありません。（華美なものも含む）

適度な長さのくつ下をはきましょう。

※レギンス・タイツ・ニーハイ（ひざより上のくつ下）は、はかないようにしましょう。



★良い動きをするために（シューズ）★

自分の足のサイズにあった、運動にふさわしいシューズをはきましょう。

保護者の皆様へ

安全・清潔に体育学習が行えるよう学校全体でこのような着方を指導しています。児童の健やかな体を育てていくためにも、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。