

し ん りょく  
伸力



今回は伸力（自ら伸びる力）です。自分で考えて楽しみながらいろいろなことにチャレンジする。そうやって自分自身の力を伸ばしていけるといいなと思います。自分の好きなことに力を入れつつ、ちょっと苦手だなと思うことにも果敢に挑戦するようになるとバランスよく自分の様々な力を伸ばすこととなります。ぜひ、楽しみながら様々な力を伸ばしてほしいと思います。

## 2/3 「東野みらくるチャレンジ」が始まりました!

「みらくるチャレンジ」とは、頭をきたえたり（知力）、体をきたえたり（体力）、幸運をきたえたり（時の運）する東野小学校オリジナルのチャレンジです。「みらくるチャレンジ」の「みらくる」は、「様々なことにチャレンジしていると素敵なみらいがやってくる」の略です。

取り組んだことは専用の「記録 BOOK」に記録していきます。

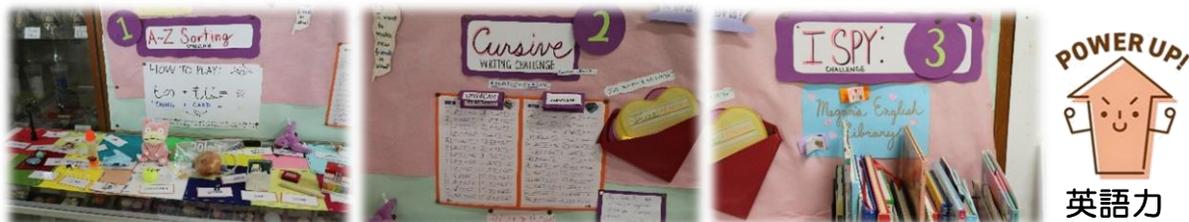
「知力・体力・時の運」をきたえて自分のパワーをアップさせよう!

【笑みくじチャレンジ】ほかほかカードを書いて笑みくじを引くチャレンジです!

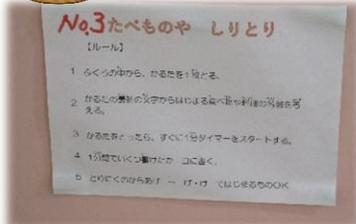


笑みくじには「大吉」「中吉」「小吉」に加え「大大吉」があります。さらに、「プレミアム笑みくじ獲得権」の表示が出れば、校長先生から「プレミアム笑みくじ」を引かせてもらえることになっています。子供たちの引き当てる運も向上しています!

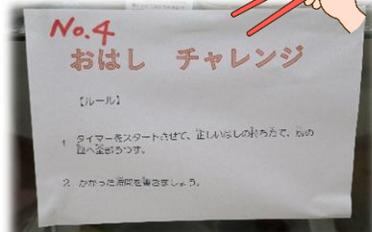
【英語チャレンジ】絵本からアルファベットを探したり、文字とものを組み合わせたり、アルファベットを書く練習をしたりするチャレンジです!



【食育チャレンジ】 たべものしりとりをしたり、お皿に入った様々なものを別のお皿に箸で移したりするチャレンジです！



「たべものしりとり」は、かるたカードを引き、出た文字からたべものでしりとりをするチャレンジです。また「おはしチャレンジ」は、箸で様々なものをつまんで別の皿に移すチャレンジです。どちらもタイムトライアルになっています。子供たちには食に興味関心をもってもらい、箸の使い方も上手になってほしいです。食に関する知力も向上していきます！



【健康チャレンジ】 ほかほか言葉をたくさん書いたり、ストローを使ってウイルスの的を倒すチャレンジです！



「ほかほかことばチャレンジ」は、ほかほかする言葉をたくさん書くチャレンジです。また「ウイルスをたおせ with ストロー」は、ウイルスの的をストローを使って息で吹き倒すチャレンジです。こちらの2つもタイムトライアルになっています。子供たちは楽しみながら心と体の健康についての知力や体力を向上させます！

【体力チャレンジ】 水の入ったペットボトルをハンドルについたひもで巻き上げるチャレンジです！



「ペットボトル巻き上げチャレンジ」は、ハンドルと水の入ったペットボトルをひもでつなぎ、何秒で巻き上げることができるチャレンジです。毎日していると握力が格段にアップします。ご家庭でも簡単にできるのでぜひしてみてください。大人がしても効果ありです。

今度予定している体力向上を目的とした運動系チャレンジは、万歩計をつけて好きな運動をし、500歩毎にポイントがアップするようなチャレンジを考えています。いろいろなチャレンジに挑戦することで、「知力・体力・時の運」を向上させ、自分のパワーをアップさせてほしいと思います。