

# 5年生のみなさんへ

みなさん、お休み中の学習は進んでいますか？宿題の中には、まだ学校で習っていない内容があると思います。今日は、お家で新しい内容に取り組むときに気をつけてもらいたいことを2つお話ししますね。

## ①必ず教科書や資料を見て取り組もう！

初めから何も見ずに学習などの問題に取り組むと、自分でも気づかない内に問題をかんちがいしたり、やり方をまちがえたりして、なやんでしまいます。必ず教科書や資料を見て進めていきましょう。

## ②あきらめずに取り組もう！

新しい内容がむずかしかったり、よく分からないところがあったりして不安に思うこともあるかもしれません。しかし、安心してください。新しい内容は、学校が再開したらみんなで確認するので、あきらめずにがんばりましょう。

## みんなでストレッチに挑戦！

さて、お家で過ごす時間が長くなり、体を動かす機会が少なくなっているのではないのでしょうか？

このままだと学校が再開して運動し始めると、体がびっくりするかもしれませんね。学校再開に向けて、ストレッチで体の準備もしていきましょう！（無理はせずに！）

↓足のつけ根をのばすストレッチ



↓太ももをのばすストレッチ



↓体の横をのばすストレッチ



↓背中をのばすストレッチ



↓うでをのばすストレッチ

