

校内持久走大会 ～目標をもち、体力を高め、健康な体をつくろう～

本校では、「自己の体に関心を持ち、めあてをもって、持久走に取り組むことによって、運動の楽しさを知り、体力を高め、病気に負けない健康な体をつくること」をねらいとし、11月24日（金）から12月12日（火）までの2時間目の休み時間をランニングタイムとして、ランニングを行ってきました。その後、12月13日（水）から12月15日（金）の間に各学年で持久走大会を行いました。

ランニングタイムでは、5・6年生の体育委員を中心に号令をかけ、厳しい寒さや強い風にも負けず、5分間しっかり走ることができました。始まった頃は、すぐに息が上がり歩きたくなることもありましたが、友達にいっしょにがんばろうと励まされたり、友達も頑張っていることに気付いたりして、苦しい時期をのり越えてきました。また、学年に応じた目標カードを作成し、走った周数を色塗りするなどして、一人一人が目標をもって参加することができました。

持久走大会本番では、日頃の練習の成果を発揮し、最後まであきらめずに、力の限り走る姿が見られました。また、大きな声で友達を応援し、拍手する思いやりのある姿も見られました。

休みの日などに、ご家庭でも走る練習をしたり、ご家族から励ましの言葉をもらったりしたこと、日頃の練習以上の力を出すことができたようです。ご協力ありがとうございました。

みんなの意見

- ★ 苦しかったけど、友達が大きな声で応援してくれたおかげで、最後まで走りきる勇気ができました。
- ★ 転んでしまった子が、最後まであきらめずに走っている姿を見て、すごいと思いました。
- ★ みんなに応援してもらえてうれしかったです。元気に最後まで走れて、楽しかったです。来年は、今年よりも順位を上げたいです。



【ランニングタイムの挨拶】



【ランニングタイム！最後まで頑張るぞ！】



【ゴール目指して！】