



第 11 号

石川町立石川小学校

# 石尊だよい

令和 7 年 1 月 26 日発行

文責：校長 板橋 敬史

## ☆強い心

11月12日（水）と21日（金）に校内マラソン大会が行われました。本来は、12日に全校児童で行う予定でしたが、インフルエンザの流行により、12日（水）を下学年、21日（金）を上學年と、2回に分けて行うこととなりました。

下学年の部は、1・2年生のレースから始まりました。走る長さは1kmです。1年生にとって初めてのマラソン大会ということで、スタート前は緊張の表情を見せていましたが、スタートの合図と一緒に一斉に走り出し、最後まであきらめずに走り切ることができました。マラソン大会2回目となる2年生は、昨年度の記録を超えることを目標に懸命の走りを見せました。3年生は、今年から走る長さが伸びて1.5kmとなりました。目標としたタイムや順位を達成するために必死に走る姿が見られました。



上學年の部は、5・6年生からレースが始まりました。高学年は走る長さが2kmとなります。5年生は初めての2km挑戦。6年生にとっては最後のマラソン大会ということで、それぞれの思いを込めて一生懸命走ることができました。4年生は、昨年に続き1.5kmへの挑戦です。昨年度の記録を少しでも縮めようという気持ちで走りました。



マラソン（持久走）は、どの学年においても、体育の学習の一つに位置づけられていますが、それは、次のような効果が期待できるからです。

### ＜マラソン（持久走）の効果＞

- （1）身体が丈夫になる・・・走力、心肺機能が高まります
- （2）学力が向上する・・・深い呼吸の繰り返しで脳の活動が活発になります
- （3）強い心が育つ・・・つらい状況を耐える・乗り越える力が強くなります

（3）は、現代の子どもたちに特に身に付けさせたいものです。

石川小学校の子どもたちには、心も体も強く、たくましくなって欲しいと思っています。