



絆（きずな）

目指す児童像

- やさしい子
- よく考える子
- ふるさと思いの子

自分にあったペースで走り続ける ～「マラソン大会」から「しおかぜランニング」へ～

10月12日(水)に「しおかぜランニング」を開催します。低・中・高学年で走る時間を決めて走る時間走です。今年度、本校では自分にあったペースで走り続けることで持久力をつけることを目指しています。昨年度までは「マラソン大会」と銘打ち、より上の順位やより速い記録を旨とする長距離走を行っていましたが、小学校における長距離走にはいくつかの問題があります。



1つは安全面の問題です。日本体育教育技術学会会員の駒井隆治氏は次のように述べています。

身体が急速に発達する時期の児童には、競走をする「長距離走」は危険である。子どもは、小学校高学年から中学生まで急激に体が発達する。そして、この時期の発達はアンバランスである。身長と体重が増えても、心臓や肺の機能が高まるとは限らない。そのために突然死という事故になることがある。このことを知っているべきである。

(教育雑誌「楽しい体育の授業」No.295より引用)

小学校の体育科では、かけ足や持久走は陸上運動ではなく、体づくり運動に位置付けられています。学校教育の内容を示す学習指導要領解説では、

- ・低学年 無理のない速さでかけ足を2～3分程度続けること。
- ・中学年 無理のない速さでかけ足を3～4分程度続けること。
- ・高学年 無理のない速さで5～6分程度の持久走をすること。

が例示されています。

もう1つは生涯を通して、運動に親しむことが求められていることです。学習指導要領では以下のように述べています。

学校における体育・健康に関する指導を、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。(中略) 家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

これを受けて本校では今年度のスクールプランの中に、以下を掲げています。

日常の遊び、体育的活動、体育的行事等を通して、楽しく運動に取り組む態度を育成する。

そして、90%以上の児童が体育的活動に一生懸命に取り組み、「運動することが好きだ」と感じることを目標にしています。現在、業間活動の中で「自分にあったペースで走る事」に取り組んでいます。以上、「しおかぜランニング」へのご理解をお願いいたします。

近日中に保護者の皆様へ、詳細を記したご案内を発送いたします。例年と同様に学校に足を運んでいただき児童への励ましをいただければ幸いです。