

令和7年度
(2025年度)

川島小学校だより

1月

19日 第65号



輝く かわしまっ子

文責:小西 貴仁

校内持久走をしています！

1月16日(金)から、校内持久走が始まりました。前日までは、吐く息も白くなるほど寒い日が続いていましたが、この日の朝は、前日よりも暖かく、持久走をするには少し汗ばむほどの陽気に感じられました。

本校の持久走のねらいは、「持久走を通して体力を向上させ、病気に負けない健康な体と忍耐力を養う」ことです。

①持久走の実施は、次のようにしています。(ほのぼのタイム・昼休み・授業中・放課後など)

実施曜日	月曜日	水曜日	金曜日
ほのぼの	1・3・5年生	2・4・6年生	1・3・5年生
昼休み	2・4・6年生	1・3・5年生	2・4・6年生

②1・2年生は、運動場の一番内側を走ります。3・4年生は、1・2年生の外側を、5・6年生は、一番外側を走ります。3・4年生が走るコースが、1周約200メートルということです。走った後には、各自どれくらい走ることができたのかの記録を持久走カードに色を塗って確認していきます。

16日(金)は、子どもたちも持久走初日ということで、自分の走るペースを探りながら走っている姿が見られました。これから、持久走の回数を重ねていくうちにだんだんと自分の走るペースをつかみ、目標を決めてどんどん長く走ることができるようになっていくと思います。

ご家庭におきましても、お子様の体調管理をしながら、応援をよろしくお願いいたします。

【初日の持久走の様子を紹介します。】

