

たからばこ

岩国市立玖珂小学校
第2学年 学年通信 持久走
令和7年11月21日

今年も持久走の時期がやってきました。子どもたちは自分なりに目標をもって、業間時間や体育の時間に一生懸命走っています。

参観も兼ねる記録会を以下のねらいと日程で行います。

① 持久走の日程

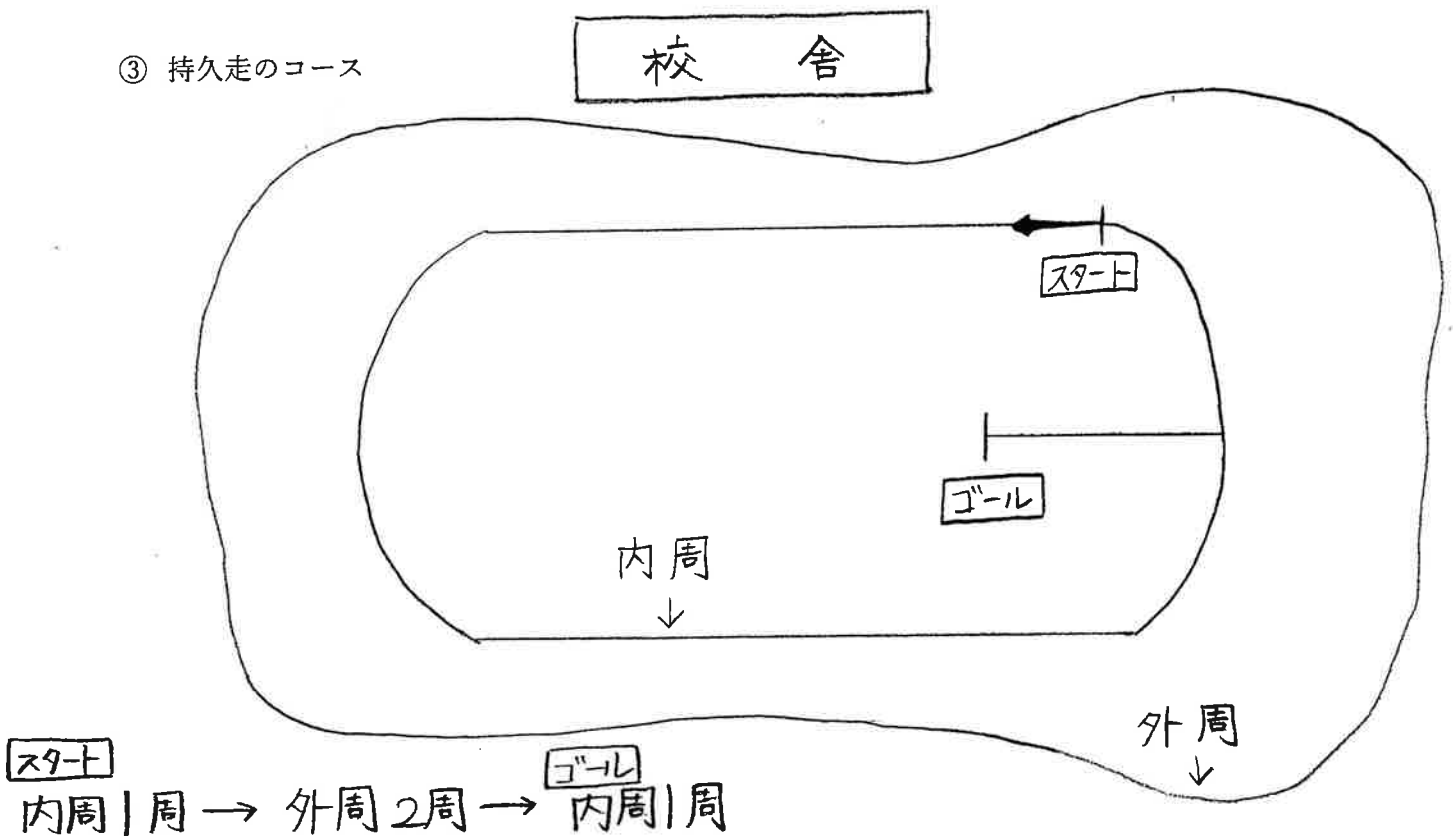
1回目	11月27日(木)	2時間目	9:15~10:00
2回目	12月1日(月)	3時間目	10:20~11:05
3回目	12月3日(水)	2時間目	9:15~10:00
4回目	12月10日(水)	2時間目	9:15~10:00



② 持久走のねらい

- ・自分のめあてに向かって継続的な練習を行うことにより、頑張りぬく心を養い、完走した満足感を味わわせる。
- ・呼吸の仕方や力の配分などを工夫して長く走ることにより、心肺機能を高め、筋持久力の向上を図る。
- ・友達と励まし合いながら練習することで、集団への所属感を深める。

③ 持久走のコース



子どもたちが走る様子をご参観できます。コースの邪魔にならないようご配慮ください。
自分の目標を決めて、記録更新に向けて一生懸命走る子どもたちの姿が楽しみです！