

# 月にみがきて



更級小学校だより  
No. 9 H27. 12. 14

## 3分間マラソン日本一周達成!!

本年度、重点活動として取り組んできた3分間マラソンが11月30日で終了しました。雨や行事等でできない日もありましたが、5月8日から6ヶ月間あまり走ってきました。全校児童で走った距離を合計すると、6705kmとなり、日本一周(設定距離6042km)を達成することができました。



始めた頃は、子どもたち一人一人が「今日は3週走るぞ」「昨日より1ポイント多く走ろう」(1周4ポイント、各コーナー通過で1ポイント)というような自分の目標をもって走っていました。しかし、暑い時期には“中だるみ”となったり、マンネリ化したりして、走る意欲がやや低くなっていました。そのような子どもたちに、11月になって次の事実を伝えました。

- 10月までに全校で走った距離の合計が4916km(長野→東北→北海道→東北→北陸→山陰→九州→山陽)で、広島に到達し、日本一周まであと1126kmであること。
- 3分間マラソンは11月30日までであること。
- 一人あたり6km走れば日本一周達成となり、そのために一人一人が毎日校庭3周以上走る必要があること。

これを知った児童は、走る意欲を高め、力強い走りとなりました。中には、登校したら走る子や3分間マラソンの後も走る子がいました。学級でも目標を掲げて取り組みました。その結果、全校で日本一周を達成することができました。

### 《子どもの日記から》

- 今日はうれしいことがありました。マラソンカードが5枚目になったことです。11月の目標は4枚目の3kmでした。でも、4枚目の3kmなんて楽に超しちゃって5枚目に行けました。来年もあつたら、5枚目を超して7枚目ぐらいまで行きたいです。  
(4年生)
- 今日、3分間マラソン最終日でした。みんなで2km走れば北海道なので、みんなで10周以上走ろう!ということになりました。最後に楽しく走れてよかったです。あきらめない力がたくさん身についたと思います。これからもたくさん走りたいです。  
(5年生)



この3分間マラソンでは、次の3つをねらいとしていました。

- ①走る力をつける。
- ②苦しくても最後まであきらめずやり続ける力をつける。
- ③あきらめずやり続けたことから自己肯定感を高める。

子どもたちは「あきらめない心」と「やり続ける力」を身につけました。この力を学習や生活の様々な場面で

発揮し、よりよい自分をつくっていくとともに、さらに継続して取り組む力を高めてほしいと思います。冬は全校で3分間縄跳びに取り組んでいます。

