

# やまびこ

上越市立  
安塚小学校  
だより  
R7.10.17  
No.354



## 自分で選ぶってむずかしい？

夏休みに職員の間で、マラソン大会について検討しました。その結果「距離を選択できるように変更する」という結論になりました。話の始まりは、気温の高温化です。長期予報では「10月まで半袖で過ごせる気温」と言っていました。当校は近年の気象状況に合わせて、マラソン大会の時期を1カ月遅らせていましたが、練習期間の高温は避けられないとの予測が立ちました。



もう一点は、走る距離が長すぎないかという検討でした。小学校学習指導要領では持久走（1,2年生は「かけ足」）は、「体づくり運動」の領域として位置づけられ、「自己の体力に応じて目標を設定して走る楽しさを味わわせる」ことを目的としています。一方で、短距離走やリレーなどは「陸上運動」の領域として位置づけられ、「他者と競争する楽しさを味わわせる」ことなどを目的としています。

ここで課題を整理してみると、

### 距離が長く、体への負担が大きい

- ・日本陸連(1998)は、小学生「持久走」としては5分間連続した走りが適していると示している。
- ・5分間走での平均距離は1km程度。（1年生850m～6年生1200m）
- ・これまでは、低学年1.3km 中学年1.7km 高学年2.2kmで上記平均距離の2倍近くある。

### 気温が高く、体への負担が大きい

- ・例年より1カ月遅らせて暑さが過ぎてからの実施（10月30日）としても、練習期間の気温が高い心配がある。

当校は、これまで「マラソン大会」として実施してきたので、最後まで頑張り抜くことやあきらめない心など体力だけでなく気力も養うことを目的とした面もありました。そのため、他者と競争することで、体育が嫌いになってしまう子も少なからず存在しました。

そこで、今年度は距離を選択制にすることにより、他者と競争するのではなく、自己の体力に応じて、自ら目標を設定して走ったり、記録を更新したりして、走る楽しさを自ら実感することで生涯スポーツにつながるようにしたいと考えています。また、順位に縛られず、目標をもって走るという取組にすれば、走ることが苦手な子供たちも前向きに取り組むことができ、走ることが得意な子供たちにとっても、自己記録の更新を目指していくという楽しさを味わうことができると思います。

もうすでに、マラソン練習は始まっています。実走してみて自分の体力・走力に合わせて、距離を自分で選択できることがベストです。しかし、ご想像のとおり、子どもたちの世界では、人の選択に対してとやかく言う姿も見られます。めあては、自分の体力に合わせた距離を選択することによる自分の記録更新です。変更は大会の2日前まで可能です。最終エントリー迄に、悩むお子さんもあろうかと思えます。ぜひ相談に乗ってあげてください。

# ふるさと学習 ～人とつながり、地域とつながる～

将来「ふるさと安塚」を語ることができる大人となるために

ふるさと見つけ隊 (9月22日)

ユキノハコでは「地元だから」と、めったに入れないバックヤードを案内してもらいました。



真萩平の [redacted] の手作りのお庭を案内してもらいました。来年の夏にもう一度訪れて、いろいろのお花畑を見てみたいと思いました。



「雪太郎」おはなし会 (10月2日)

安塚の民話を語り部の [redacted] から聞かせていただきました。方言を交えた話を聞いているうちに、昔にタイムスリップした気分になりました。



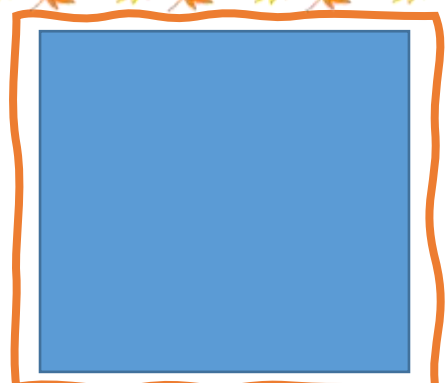
クラブ活動(マイ箸作り) (9月16日)


[redacted] から天然木でのマイ箸づくりを教してもらいました。根気よく削り・磨き、世界にひとつだけの箸を作りました。



## 🍁🍁🍁 <11月の主な予定> 🍁🍁🍁

3日(月)	文化の日
4日(火)	マラソン大会予備日
5日(水)	就学時健康診断
6日(木)	フッ化物洗口 6年生東頸中学校体験教室 3,4年生校外学習(十日町市松代) ALT訪問
7日(金)	ICT支援員訪問
10日(月)	除雪車出動式(3,4年生参加) 5,6年生歯磨き教室 学校図書館司書訪問
11日(火)	市一斉職員研修のため 13:10下校
13日(木)	知能検査(1,3,5年生) フッ化物洗口
13日(水)	1, 3, 5年生知能検査
18日(火)	県スクールカウンセラー、学校図書館司書訪問 3,4年生PTC活動
19日(水)	上越市教育委員会支援訪問(3,4年生公開授業)
20日(木)	フッ化物洗口 3, 4年生書き初め教室 ALT訪問
21日(金)	中学校区いじめ見逃しゼロスクール集会(5,6年生参加) ICT支援員訪問
24日(月)	勤労感謝の日の振替休日
27日(木)	フッ化物洗口 5, 6年生書き初め教室




**新潟日報上越版**  
**「大好き」**  
 学年から2名ずつ合計12名の作文が10月23日から掲載されます。ご購入のご家庭はぜひご注目ください。