

家庭や地域と共にある学校 ～共育（きょういく）～

◎「ファン・ランニング」～「うらほろマラソン」完走を目指して！～

10月8日（日）に浦幌町で開催された「うらほろマラソン 2023」に本校児童 31 名が参加しました。この企画は、本校の体力向上の取組の一環として、児童がマラソン大会出場を目標に持久力や基礎体力を養うとともに、地域の関係者とのふれあいを通じて身体を動かすことの心地よさを実感することをねらいとしたもの。

マラソン大会出場にあたっては、本校を会場に2回の練習機会を設け、元オリンピックスピードスケート日本代表選手の石澤志穂さんを講師に迎えて、全身ストレッチをはじめ、体育座りから立ち上がって走る反応系を意識した運動や体幹を鍛えるトレーニングのほか、学校の周辺を2～3周走る練習をしました。そして「うらほろマラソン 2023」では、子供たちは自分で選択した1 km・2 kmのコースに出場し、全員が完走しました。それぞれが決めた目標に挑戦し、達成できたことに子供たちは満足そうにしていました。

今回の取組では、地域や保護者の方々にお世話になりました。事業の運営はもとより、練習の準備や補助、大会の引率や運営補助などに携わっていただき、中には一緒に練習に参加して下さる方もいました。本当にありがとうございました。



令和 5 年（2023 年）10 月