

1月23日 5分間持久走「らん♪ラン！RUN！！」

3学期の北小タイム（火曜日の体育的活動）で、5分間持久走を始めました。

校庭に高学年用のトラック、その内側に低学年用のトラックを準備し、音楽に合わせて気持ちよく走ることができるペースで、5分間の持久走に挑戦しています。自分で何周走ったかカウントしていきます。低学年の子に「何周走ったかな？」と聞くと「7周走ったよ。」「僕は8周。」と教えてくれました。2月6日と2月20日のあと2回、機会があります。



準備体操のために広がっています



初めての一年生も元気よく走りだしました



高学年コース

低学年コース

