

令和5年度

第34回校内マラソン大会2023

1 目的

- 健康の増進と体力の向上を図る。
- ・自己の体力を知り、体調やコンディションに応じた練習を計画したり、練習計画を実践したりする場とする。
- ・目標達成に向けて、粘り強く取り組む態度を育成する。
- 競走や協同の経験を通して、公正な態度や協力して責任を果たす態度を育成する。

2 日時

令和5年12月6日(水) 10:45~12:30(雨天中止)

- ※50×4の日程①②⑤カット ①授業 ②授業 ③④マラソン大会
- ※雨天中止の場合は、①~④授業 午後 三者面談

3 コース

学校周辺及び葛西臨海公園方面サイクリングコース

4 距離

男子 5 km 女子 4 km

5 服装

競技中：体育着（半袖、短パン） 待機中：ジャージ上下

6 競技内容

(1) 参加・練習

- ・全校生徒参加
- ※主治医、校医の判断による参加不適合の場合を除く
- 健康相談11月30日(木) 13時30分から⇒希望者のみ
- ・練習：体育の授業および自主練習（朝7時半~8時
放課後16時~16時半）

(2) 競技方法

- ・男女別3学年同時スタート（時程参照）

- ・折り返しコースのため、**左側**通行とする。（場所によって右側）
- ※授業の試走にて安全な通行を指導

(3) ゴールの方法

- ・ゴールで『順位』の書いてあるカードを受け取る。
- ・順位の入れ替わりがないように注意する。（見学の生徒も手伝い）
- ・ストップウォッチのプリンターを併用

7 表彰

- (1) 【個人】**総合男女別順位1位~10位** **学年別男女1位~8位**に賞状
閉会式で呼名（その場に起立） → 賞状は後日学級で

8 当日の時程

※ ジャージ登校

1時間目・2時間目 通常授業

2校時授業終了後、校庭に移動

10:45

校庭に整列完了 → 朝礼隊形
開会式 司会（天野）

- ・校長先生のお話
- ・諸注意（上埜）

10:55

合同体操（代表生徒）
ウォーミングアップ→スタートまでの間に各自3周

11:10

男子の部スタート（スタート合図→校長先生）
*女子はウォーミングアップを行う

11:40

女子の部スタート（ 同 ）

12:05

レース終了予定

12:15

閉会式・表彰 → 総合、学年順位のみ発表
司会（天野）

- ・成績発表（上埜）
- ・学校長講評

12:30

教室へ移動 → 給食
※給食準備等は金子さんと連絡を取りながらおこなう。