



～目標が達成できるように頑張ろう！～

2月8日 (水)、

中休みに「**竜北マラソン**」が行われました。3学期に3回やっているのです。

今日は第2回目で、学年別にトラックの「東・西・南・北」からスタートしました。自分の目標を立て、**一生懸命**頑張りました。

竜北マラソンを通して、ねらいは二つあります。一つ目は、身体が成長するこの時期に長い距離を走ること、**肺活量や身体**の**スタミナを養うこと**です。持久走は、この先の**人生のためになる丈夫な身体**をつくるのに役立つのです。

二つ目は、**走る楽しさ**や、**最後まであきらめない強い心**です。

これからも大切にしてほしいと思います。

