

「フィティピティス」に続け!

No. 118 全校

マイペース、マイペース!

～目標が達成できる
ように頑張ろう!～

～健康体力づくり!～
健康観察を行います

【マラソンの名の由来】

約2500年前、ギリシャの兵隊はギリシャの海岸（**マラトン**・マラソンの語源）にペルシャの大軍を撃退しました。兵士の一人である**フィティピティス**が伝令に選ばれ、**アテネまでを駆け抜け、「我勝てり」とつけた後、息をひきとりました。**その後、近代オリンピックで競技されるようになりました。

2月7日（水）、

中休みに「**竜北マラソン**」が行われました。
3学期に3回実施する予定です。

今日は第1回目、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。

竜北マラソンの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で、**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**を育てることです。これからも大切にしてほしいと思います。

マラソカード

健康観察カード

