

高学年ジョギングフェスタ

「みんな違ってみんないいね。」

～みんなと走ろう！ジョギングフェスタ2023～

走るのは一人。だけど・・・いつもみんながついてるよ！

◎「自立」～自分のペースで走りぬこう！～

- ・一人5分間走ります。ペースから目標を決めよう。（例：950mなど）高学年

◎「協働」～チームには役割がある！～

- ・1チーム4～5人。走る人をサポートしよう。
(例：①記録をつける ②ペースのアドバイス ③応援するI ④応援するIIなど)

◎「創造」～応援をつくろう！～

- ・走る人が楽しく、気持ちよく走れるように応援しよう。
(例：伴走、歌、看板、小道具など)

○日程

高学年

11:30 各チームでコースの試走・準備運動

11:35 各学級のスタートエリアに集合・スタート・応援準備

11:40 第1走者スタート（5分間）

11:47 第2走者スタート（5分間）

11:54 第3走者スタート（5分間）

12:01 第4走者スタート（5分間）

12:08 第4走者ゴール

12:10 運動場中央集合、閉会

【役割分担】

○進行（　　・　　）

○放送・BGM（　　）

○記録証（　　）

○コース図（1周400m）

折り返し

校舎

保護者観覧場所

5年2組
スタートエリア

大きな木

6年1組
スタートエリア

5年1組
スタートエリア

6年2組
スタートエリア

各学級の間隔は、100mです。

保護者観覧場所

折り返し

中学年ジョギングフェスタ

「みんな違ってみんないいね。」

～みんなと走ろう！ジョギングフェスタ2023～

みんなと楽しく自分のペースで走ろう！！

◎「自立」～自分のペースで走りぬこう！～

- ・一人4分間走ります。ペースから目標を決めよう。（例：750mなど）中学年

◎「協働」～みんなで走り切る～

- ・4分間をみんなで走ろう。みんなちがってみんないい。

◎「創造」～応援をつくろう！～

- ・走る人が楽しく、気持ちよく走れるように応援しよう。
(例：伴走、歌、看板、小道具など)

○日程

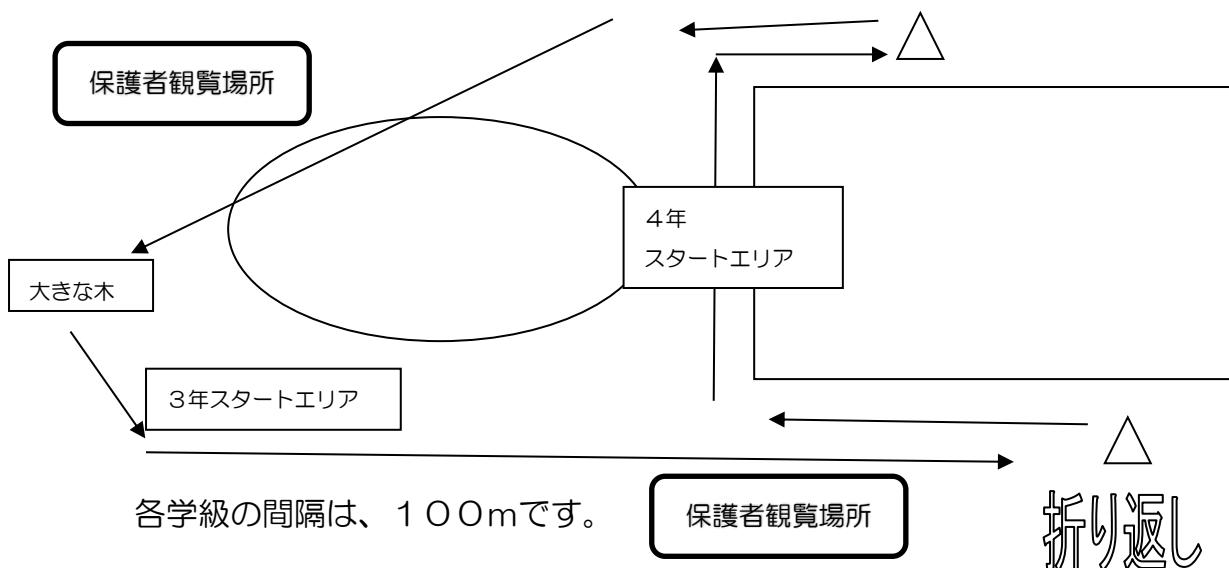
中学年

- 9:40 各チームでコースの試走・準備運動
9:50 各学級のスタートエリアに集合・スタート・応援準備
9:52 自分のペースコース①（4分間）
9:57 どんどんコース①（4分間）
10:02 自分のペースコース②（4分間）
10:07 どんどんコース②（4分間）
10:12 ジョギングフェスタ終了
10:15 運動場中央集合、閉会

- 【役割分担】
○進行 ()
○放送・BGM ()
○記録証 ()

○コース図 (1周400m)

折り返し



低学年ジョギングフェスタ

「3分間、楽しく走ろう！！」

～みんなと走ろう！ジョギングフェスタ2023～

歩かず、自分のペースで楽しく走ろう！！

- ◎「自立」～自分のペースで走りぬこう！～
 - ・一人3分間、自分のペースで歩かず、走ります。
- ◎「協働」～みんなで走り切る～
 - ・3分間をみんなで走ろう。みんなちがってみんないい。
- ◎「創造」～走ることが好き～
 - ・走る人が楽しく、気持ちよく走れるようにしよう。
(例：3分間の曲をかける。)

○日程

低学年

10:35 各チームでコースの試走・準備運動

10:45 各学年のスタートエリアに集合・スタート・応援準備

10:47 2年生自分のペース

2年生どんどん

1年生自分のペース

1年生どんどん

11:07

11:10 運動場中央集合、閉会

11:15 整理運動

【役割分担】

○出発 ()

○放送・BGM ()

○記録証 ()

○折り返し地点 ()

○児童支援 ()

○コース図 (1周400m)

