

令和4年度彦根市リレーカーニバル実施要項

1. ねらい

体育科リレー学習において、学級全員で力を合わせて記録に挑戦する体験を通して、陸上運動能力の向上を図るとともに、生涯にわたってスポーツに親しむ態度を育てる。

2. 実施期間 令和4年4月8日（金）～11月30日（水）

3. 参加対象者 彦根市内17小学校に通う5、6年生児童

4. 行い方

（1）原則として体育科で取り組んだチーム編成を基本とする。

例. ①学級単位の全員リレー

②学級を複数に分けたチーム編成(タイムを合計することによって学級の記録とする。)

③たてわりなどを基にした混合チーム編成(主に学校の実態により人数が足りない場合)

（2）児童数が4名未満のクラスは他の学年と合同で参加することができ、その場合は、参加者の一番上の学年にエントリーすること。

（3）特別支援学級に在籍する児童は交流学級で参加するなど、仲間といっしょに運動に取り組む機会となるように配慮すること。

（4）一人の児童が走る距離は、学習指導要領に示されている距離、あるいは各学校の運動会の走の種目に準じて決めること。

【 学習指導要領解説書の例示 】 高学年

○ いろいろな距離でのリレー（一人が走る距離40～60m程度）

・テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受渡しをすること。

（5）スタート合図を児童が行うときは、その方法を指導した上で、フライングがないようにすること。フライングがあれば、必ずスタートをやり直すようにすること。

① 位置について（スタート位置につく。あるいは、両足の位置を決める。）

② ようい（前傾し完全に静止する。）

③ ドン（合図を聞いてからスタートする。）

（6）計測を児童が行うときは、ストップウォッチの使い方だけでなく、最終走者の胸(トルソー)がゴールラインを越えた時にタイムを止めることなど、正しく計測できるように事前に指導をしておくこと。

5. 記録のエントリー方法

全員リレーの記録あるいは複数チームに分けて走った記録の**合計**を、下の方法により 42.195km のフルマラソンのタイムに換算し、エントリーする。

$$\text{学級の記録 (秒)} \times (42195\text{m} \div \text{走った距離 m}) = \text{フルマラソンを走った記録}$$

例) 一人 100m を 34 人学級で走った全員リレーの記録が 10 分 28 秒の場合。

この記録をフルマラソンの記録に換算すると・・・

約 2 時間 9 分 54 秒 (リオ五輪男子マラソンの銀メダリストと同タイム) となり、

県内各小学校の記録と競い合えるだけでなく、マラソンランナーと競い合う楽しさも味わうことができる。

マラソンの記録と 100m あたりの速さ比較表

(2021 年 4 月 1 日現在)

	マラソンの記録	100m あたりの速さ
男子 (世界記録)	2 時間 0 1 分 3 9 秒	17.2 秒 / 100m
女子 (世界記録)	2 時間 1 5 分 2 5 秒	19.3.秒 / 100m
男子 (日本記録)	2 時間 0 5 分 5 0 秒	17.8 秒 / 100m
女子 (日本記録)	2 時間 1 9 分 1 2 秒	19.8 秒 / 100m
リオ五輪 (男子金)	2 時間 0 8 分 4 4 秒	18.3 秒 / 100m
リオ五輪 (女子金)	2 時間 2 4 分 0 4 秒	20.5 秒 / 100m
川内 優輝 (公務員)	2 時間 0 8 分 1 4 秒	18.2 秒 / 100m
猫 ひろし さん (タレント)	2 時間 2 7 分 5 2 秒	21.1 秒 / 100m
間 寛平 さん (芸人)	3 時間 0 8 分 4 2 秒	26.9 秒 / 100m
伊達 公子 さん (プロテニス)	3 時間 2 7 分 5 1 秒	29.6 秒 / 100m
国分 太一 さん (歌手)	4 時間 3 0 分 4 1 秒	38.5 秒 / 100m