

キーワード：マラソン、速く、楽しい

研究・地域連携活動の背景・目的

サッカー・野球など、あらゆるスポーツの中でも走ることは基礎であり、走りが得意になると、いろんな競技に有利に活かされてきます。走ることの楽しさや喜びを大学生とコミュニケーションを図りながら体験してもらいます。

期待される効果などアピールポイント

走る＝「苦しい」・「きつい」・「疲れる」とマイナス的な印象を解決し、子供たちの運動不足による体力低下などの課題に少しでも貢献したい。

研究・地域連携活動の概要紹介

2017年～2019年 島原市教育委員会からの要請でランニング教室開催しています。内容は60分程度で休憩を挿みで行います。①準備体操②動きづくり③ミニ駅伝の内容です。

