



ゆうすい

嘉島西小学校 学校便り

令和4年11月28日
文責：校長 江上 知男



ペースを考えて！

校内持久走大会を開催！

11月26日(土)は校内持久走大会でした。早朝に「パラッと」しましたが、開始時刻には天候に恵まれ、予定どおり実施できました。本当に良かった！

さて、持久走は、小学校体育では「動きを持続する能力を高める運動」として取り組んでいます。子どもたちの中には「きらい」「苦手」という人が少なくありません。やっぱり「きつい」ですね…。

それでは、なぜ持久走に取り組むのでしょうか。私なりにまとめてみました。

- ①健康に良いから…持久走は「有酸素運動」なので、血液中に余っている糖分や脂肪を酸素を使って消費します。また、生きるのに大切な心肺機能を強くし、年齢に応じた走り方ができます。
- ②目標を設定しやすいから…持久走を評価するものとして「タイム」があります。もちろん、友達と比べることもありますが、自己記録の更新を目指して達成感を味わうことに大きな意味があります。
- ③計画性や我慢する力を育てるから…持久走はペース配分が重要です。完走するための計画・実行が試されます。また、自己記録の更新や完走する目的のために、多少きつさを我慢する力が必要になります。この力は、将来たくましく生きていくために必要だと考えます。

体調不良やスポーツクラブの試合等で残念ながら走ることができない人もいましたが、子どもたちはそれぞれの目標達成のために全力を尽くしていました。高学年代表の感想発表で「ペース配分」のことや「頑張る姿勢」のことをきちんと話す様子を見て、「学校全体で取り組む価値があった」と思いました。子どもたちが最後まで頑張ることができたのは、保護者の皆さんによる応援のおかげです。また、安全確保のために要所に立っていただきましたPTA体育委員の皆さん、心から感謝申し上げます。

ワールドカップ・サッカーの試合から感じること…

連日、熱戦が繰り広げられているW杯サッカー…。27日の試合では日本が負けてしまい、とても悔しかったです。同じような思いをされた方もおられたと思います。

なぜ悔しいのか…。W杯は、国代表同士の試合です。普段は「日本人であることを自覚する」機会ほとんどありませんが、試合を見ていると、なぜか自分が「日本人としてのプライド」を強く持っていることに気がきます。相手がどんなに強豪の国だろうが、誰もが「簡単に負けて欲しくない!」という気持ちになります。そんな「日本を大切に思う気持ちを自覚すること」が、悔しさを感じさせるのではないかと思います。



一方、誇りに思えるニュースも見つけました。「日本人サポーターによる試合後のゴミ拾い」です。これは、日本が初めて出場した大会から続いている伝統のボランティア活動です。「自分たちが観戦した場所のゴミを拾う」ことは、日本人には何でもないことですが、各国ではいろんな意見（「日本人の活動は尊敬に値する」「清掃担当者の仕事を奪う」等々）があるようです。

日本人には、自分たちが使った場所は自分たちで清潔にするという意識があります。ホテルに泊まっても、朝はシーツを剥がして畳んだり、部屋を整頓したりすることは普通です。ファミレスなどでも、皿を重ねたり、テーブルの端に寄せたり、店員が片付けやすいようにします。子どもの時から親のそんな姿を見て真似をし、学校では自分の教室を掃除する。そうやって育った日本人なら、サッカーの試合の後のゴミ拾いに違和感なく参加する。そんな「日本人として自然に身につけている美点」に気付かされるのも、W杯を観戦する価値なのではないかと思います。