合志市立西合志南小学校 学校だより
西南小乃風

何か速くなった気がする！

令和6年
12月10日
第31号
文責｜田中 宏和

前号でお伝えした通り、先日の熊本県学力・学習状況調査では、垂れ幕を張り、タスキをかけて各学級を鼓舞して回りました。各学級、学年でこれまで学習指導が行われてきましたが、そこから身についた力を十二分に発揮できるかどうかは、子どもたちの意欲にかかっています。

「苦手意識は気のせいだ」「人と比べるのではない。去年の自分を超えていこう」などと、声かけをしてきました。結果はまだわかりませんが、さすがは西南小の子どもたちです。

「何か出来た気がする」

「国語はむずかったけど、算数はできた！」というような声が多数あったとの報告がありました。これはとても嬉しかったです。もっと言えば結果がどうあろうとかまわないとさえ思いました。（この心境が二月まで持続するかは不明です）

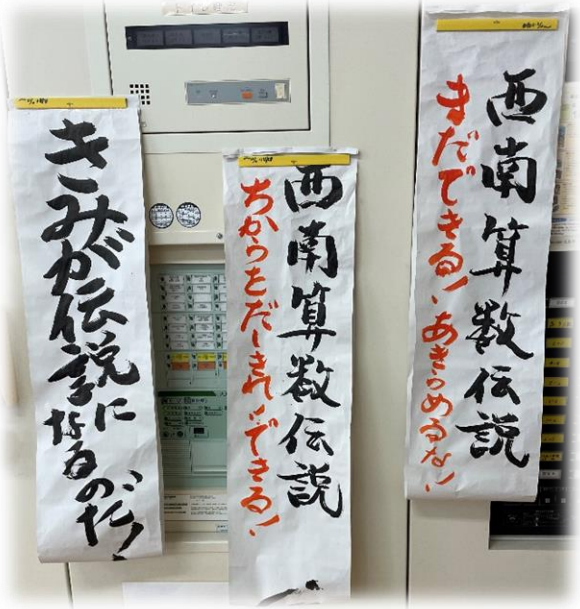
持久走も同じです。いよいよ明日から各学年の持久走大会が始まります。先々週から、業間のランニングタイムが行われてきました。ランニングタイムでは、すごい勢いでトラックを駆け抜けていく児童もいれば、マイペースでゆっくりと走る児童もいます。自分のペースでいいのです。人と比べません。持久走の苦手意識は気のせいです。誰しも記録の向上は必ずできます。走っているときの呼吸の苦しさ、筋肉や間接の痛み等は、一時的なものです。しばらくすれば、それらから解放され、やりきった達成感と合わさった走ることの気持ちよさ、運動の気持ちよさを味わうことができます。その時には算数と同じように言ってください。

「何か速くなった気がする！」

「走るの苦しくなかった！」

「最初きつかったけど、終わったら気持ちエエ！」

昨年は新校舎建設の都合によりコースが確保できず、実施できませんでした。しかし、実は何人もの子どもたち↘から持久走大会をやりたかったとの声がありました。一方で走ることに苦手意識があったり自信がなかったり、苦しいから嫌という児童も少なくありません。ただ、小学生の体力低下は全国的な課題の一つです。数年前からの小学校部活動地域移行や、夏の暑さによる熱中症の心配、遊びの変化により、子どもたちの運動の機会はどんどん奪われています。加えて食習慣の変化も子どもたちの健康に影響を及ぼします。今の子どもたちは、この状況のまま大人になっていったときには生活習慣病のリスクが高まるとの見方もあります。やはり適切に運動することで子どもたちには健康で豊かな生活を送って欲しいと思うのです。そうした学校体育の目的を明文化したものが、学習指導要領解説の体育編には、持久走について次のようにあります。



高学年・無理のない速さで五～六分程度の持久走をすること。
中学年・無理のない速さでかけ足を三～四分続けること。
低学年・無理のない速さでかけ足を二～三分続けること。

今日も毎時間、校長室前を息を弾ませて走る子どもたちの姿を見ていました。小学校は六年間ありますが、大人の感覚ではあっという間に卒業して中学生になっていきます。そして、適切な運動にはタイミングがあります。大人は、その時その時に必要な運動の機会をしっかりと与えなければならないのです。そして、子どもたちは自分で運動の効果をすぐに感じ取りますし成果として出せる、打てば響く存在なのです。その顕著な例が西南小の子どもたちです。

持久走大会当日は、「〇じねんせい」も走ります。