

たった一言で励まされ

ひまわり学級 担任 最上 智子

これは、私が6年生の子供たちと行った立山登山での出来事です。私は、「山は登るより、遠くからきれいな景色を見る方が好き」というタイプでした。また、年齢を重ねるにつれ、一の越から雄山への道のりにある岩場の石が大きく成長しているように感じ、立山登山は私にとっても不安でいっぱいの試練の行事でした。

二の越の難所と言われるガレ場で、足をかけるところもない大きな岩石を目の当たりにし、それまでの疲れもあり私の足はとうとう上がらなくなっていました。引率者であるという立場も忘れ、思わず「こんな大きい石、どうやって登るが。もう足、上がらん」と声を上げてしまいました。すると、私のすぐ後ろにいたNさんから「先生、頑張っ！て！」という声が聞こえてきたのです。何気ない一言ですが、その言葉から力をもらったように、「えいっ」と大きく足を踏み出し、登ることができたのです。人は、たった一言で頑張れるんだということを実感した瞬間でした。

さて、学校には、様々な困り感を抱えながらも、日々の学習に、運動にと頑張っている子供たちがいます。人とのコミュニケーションをとるのが苦手で、不安をいっぱい抱え自分らしさを出せずにいたり、能力があるのに始めの一步を踏み出す勇気をもてずにいたりする子供もいます。私がNさんから励ましてもらったように、子供たちを励ましていきたいと思っています。

東五位っ子の体力

体育主任 宮岡 公一

「1、2、3、4」「5、6、7、8」朝のグラウンドで響く、体操の号令。学年毎に、グラウンドのあちこちに集合して体操をしているときのかけ声である。本校では、朝の運動が盛んに行われていますが、この光景は、15年前には、見られなかったような気がします。

高岡市では、連合運動会や市民体育大会、小学生駅伝大会、万葉マラソンタスキリレーなどの大会で、小学生が1000m前後の距離を走る機会がよくあります。さらに、学校として体力を向上させたいという願いとあいまって、10年ほど前から朝運動を取り入れるようになったのではないのでしょうか。今では、トラックを走る周回数を決めて走ったり、フォームづくりやスピードを付けるレーニングをしたりするなど、学年の実態に応じて工夫した取組が行われています。



朝運動の成果として、体力テストの20mシャトルランの記録が、毎年どの学年も全国平均を上回っているということから、着実に持久力が向上してきています。さらに、万葉マラソンタスキリレーで毎年上位入賞を果たしたり、6年生の立山登山で全員が登頂したりするのを見てみると、朝運動の効果が出ているのではないかと思います。

健康で元気な子供を育てるには、体力全般をバランスよく向上させていくことが大切だと考えています。これからも朝運動や体育学習の内容を考えながら、東五位っ子の体力向上を図っていきます。