



マイペースはいいペース？

来週の木曜日に、かけ足大会をします。かつては、四天王寺^{けいだい}の境内をお借りして実施していたのですが、石^{いし}畳^{たたみ}が滑りやすいことや観光客が増加してきたことなど安全上の理由で、平成30年からは校内で行うことになりました。しかし、それもコロナ禍によりできない年が続き、学校行事として行うのは久しぶりになります。実は、去年も実施しようと思い、場所を探していました。学校の近くでかけ足大会ができるくらい広い場所と言え、天王寺動物園です。開園日は無理でも休園日ならひょっとしてと思い、ダメもとで天王寺動物園に聞いてみたのですが、工事車両が出入りする事を理由にやっぱり断られてしまいました。それでは隣の茶臼山^{ちやうすやま}公園はどうだろうと思い市の公園事務所に聞いてみましたが、ここも公共の公園を占拠^{せんきょ}するような行事はダメですと言われて断念^{けいい}した経緯^{けいだい}があります。

しかし、校内でするには1周の距離が短く、同じところを何周もぐるぐる回るだけになるので、普段のかけ足運動と同じで面白くありません。そこで、今年は本校の運動場より少し広い天王寺中学校のグラウンドをお借りして実施することにしました。調べると、校内ですると同じ周回型ですが、トラックの形を少し工夫することで1周240mほどとれることがわかりました。また、普段と違う場所を走ることで、ちょっと大会らしくなるのではないかと考えています。ただ、授業中の中学校をお借りするので、残念ながら保護者の参観はありません。頑張った様子は、子どもたちからお聞きくださいね。



現在、そのかけ足大会を最終目標に、全学年で体育科学習の時間や、業間のかけ足タイムで毎日のように持久走に取り組んでいます。小学校における持久走は、一定の時間を無理のない速さで走り続ける運動とされています。ですから、競技マラソンのようにスピードを競ったり、タイムを縮めたりするような走り方は必要ありません。しかし、そこは子どもですから、どうしても速く



走りたくなるものです。特に低学年では、短距離走のごとくスタートダッシュをして、すぐにバテしてしまう子や、逆に終了間近になって猛然とスピードを上げる子も結構多いです。また、高学年で走るのが苦手な子は、スピードに乗れずにずっとしんどい状態で走り続けてしまうこともあります。ですから、持久走では、いかに自分のペースをつかんで、心地よく（ここでは楽にという意味ではなく、ちょっと負荷がかかったくらいの状態です）走り続けられる「マイペース」をつかむことが大事なのです。

ところで、かけ足だけでなく、わたしたちの生活にも「マイペース」が大事です。例えば、規則正しい生活習慣などは、「マイペース」の代表格ではないでしょうか。逆に、人が持っているからといって自分も欲しくなったりするのは、他人にペースを乱されている証拠ですし、SNSのやりとりなどで、友だちに合わせようと自分に無理をするような子も、人のペースに乘せられてしまってかわいそうだなと思います。ですから、周囲に^{まど}惑わされず、自分で正しいと思った行動をとる事が、人生の「マイペース」だと言えらると思います。

しかし、その「マイペース」も、度が過ぎると世の中では考えものになる時があります。いくら自分が正しいと思っても、周りの事を考えない「マイペース」は、ただのわがままです。例えば、周りの車が時速100kmで走っている高速道路で、1台だけが制限速度以下だからと言って時速10kmでのんびり走っていたら危ないですよ。自分では正論を言っているつもりでも、他の人から見れば^{ぼうろん}暴論になっている場合だってあるでしょう。だから、「マイペース」が、自分にとってだけでなく、他人にとっても「いいペース」であるように、しっかりと周りを見る目や気付く心、そして考える力を、大人も子どもも、もちたいものです。そして、一人一人の「マイペース」が正しく理解されて、大切にされる世の中になればいいのになあと思っています。

ありがとう オオタニサン！

先週の水曜日に、メジャーリーガーの大谷翔平選手が全国の小学校に寄贈したグローブが、学校に届きました。早速月曜日の児童朝会で、一緒に入っていた手紙の紹介とともに、子どもたちにお披露目しました。ニュース等で報じられているとおり、グローブは3個で、1つは左利き用です。しかも、右利き用は2個ですが、1つは少し小さいサイズです。こうしたところにも、できるだけたくさんの子どもに使ってほしいという大谷選手の願いが感じられます。

さて、そのグローブの扱いですが、今回は、子どもたちに考えてもらうことにしました。学校に寄贈されたものですが、もらったのは子どもたちです。それを私や他の先生たちが使い方を決めるのは何か違うような気がしたからです。しかし、児童全員で議論するのも難しいので、児童会の代表委員会で考えてもらうことにしました。代表委員会は、4年生以上の学級代表や各委員会の委員長で構成され、学校全体のいろいろな取り組みをするときに、代表として活動してくれています。手紙に書いてあった「野球しようぜ！」が「話し合いしようぜ！」に変わってしまいましたが、みんながグローブを使える案を考えてくれました。グローブだけでなく、こうした機会を与えてくれたことにも感謝しています。

