

かたの



R3. 11. 29
形埜小学校
校長室だより

本番で、「もひとつ自分レベルアップ」を！

しつこいですが、朝会で話したことを念押しします！
数字をいっぱい書き込んだ少々ややこしいカードをもとに、説明しまくりました。「わけわかんないよ～」という子もいたことでしょう。みんなが、私のややこしい話を聞きながら、困惑している様子が予測できるにもかかわらず強行したのは、**みんなに「もひとつ自分レベルアップ」をしてほしいと強く願っているから**です。

紹介したように、カードの数字をもとに、しっかり自分の走りを分析して、**走り方を変えてみたり、あれやこれやと挑戦したり**している子もいます。それが**苦しいことを乗り越える秘訣**と思うのです。マラソンは苦しいですが、**何をどうがんばればいいのか目標があると、その苦しさも耐えられる**と思うのです。特に「マラソン苦手だな、あんまり好きじゃないな…」とと思っている人こそ、「がんばったかいがあった！マラソンもちよつと楽しいかも…」と達成感や充実感を味わってほしいのです。

達成感は、1位でなくても味わえます。他者との闘いではなく、**自分との闘いを制すれば**味わえます。自分との闘いとは～苦しい時に「もういいや」ではなく、「負けるもんか」と苦しさ立ち向かい走りきることです。

昨日、コース(市民ホームからの上り坂)をお父さんと下見している子を見ました。今日、聞いたら「買い物ついでにお父さんと練習した」と教えてくれました。今日話したように、本番はコースが違います。このコースの特徴を知ることとても大切なことです。これまでの練習コースとは、距離は同じですが、「坂ポイント」「応援」「横断歩道」など、校外練習コースとは様子がかなり違います。1年3年5年のみんなは、初コース！明日・あさっての練習で、「ふんばりどころ」「ラストスパートポイント」を見付けられるといいですね。とにかく、**本番ゴール後に「がんばったな…自分」と笑顔になれるといいな…。**

「初めて、自分で自分を褒めたいと思います」これは、オリンピックのマラソンで銀メダルと銅メダルをとった有森裕子さんが、2回目のオリンピックの走り終わったあとに言われた言葉です。バルセロナで銀メダル、その時より順位は一つ落ちてはいるものの、2回目のゴール後にこの言葉が出た理由「バルセロナの時は、銀メダルでありながら、「まだできることがあった」という納得のできない練習や本番の走りだったようです。4年後のアトランタは、練習も本番も、**もてる力を全て出し切った自分の頑張りに納得したから**との言葉だそうです。

形埜のみんなも

祈・納得の走り、ゴール後の充実笑顔



初めてみんなで宿泊 修学旅行



12名全員が、体調を崩すことなく、みんな心身ともに元気いっぱい笑顔はじけた2日間でした。どこに行っても、ガイドさんのお話をメモしまくっていました。ガイドさんもびつくりしながらも、「お話のしがいがある」と喜んでみえました。[]の友達とも、たくさん話ができたとです。本当に実りある2日間でした。

5年生活躍！

6年生が、修学旅行でいない2日間、5年生の企画・運営で、お昼に全校レクをしたとのこと。

1日目は、「だるまさんが転んだ」、2日目は、「けいどろ」と、レクの内容も2種類準備し、ルール説明やゲームの進行も、立派につとめたとのこと。頼もしいです！

