

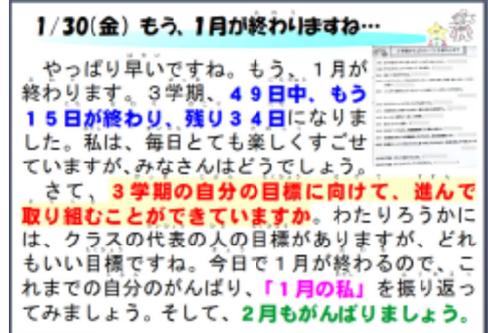


大事にしたい「自分の目標」②

3学期も折り返し地点を迎えようとしています。1月の終わりに、子どもたちは自分の目標の振り返りをしました。担任の先生方が、子どもたちに意識して声をかけてきたので、自分の目標の振り返りカードには、◎や「がんばれた!」と書いている子が多いです。

特に体づくりの目標は、持久走について書いている子が多く、その子たちの自己評価はとても高いです。

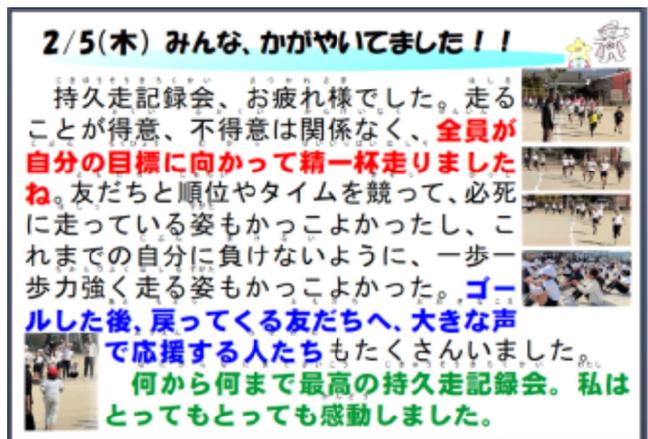
これからは、2週間後の漢字検定や3週間後の算数検定に向け、学びの目標に向けてがんばる子が増えていくと思います。引き続き、お子さんの目標に向けてのがんばりを応援してください。



持久走記録会、応援ありがとうございました

昨年の雪の中での記録会をつい思い出してしまいましたが、今年は最高の天気のもと記録会ができました。天気よりも嬉しかったことは、保護者のみなさんや祖父母のみなさんの応援の多さです。記録会後の感想には、「応援が嬉しかった」「応援があったのがんばれた」と書いた子がたくさんいました。

今回の記録会で一番よかったと思ったことは、全員が自分なりの達成感を味わえたことです。閉会行事の児童感想のとき、「止まらずに最後まで走りきる、という自分の目標が達成できました」「順位は下がったけど、最後までがんばることができました」のように、自分の目標に向かう姿やがんばりについて、堂々と発表することができました。このような姿を見ることができたのは、それぞれが自分の目標をもって練習や記録会に臨めたこと、そうなるように担任と一緒に目標を考えたり、日々振り返りをしたり、声かけをしたりしたからです。がんばった子どもたちにも、支えてきた先生方にも、心から拍手を贈りたいです。

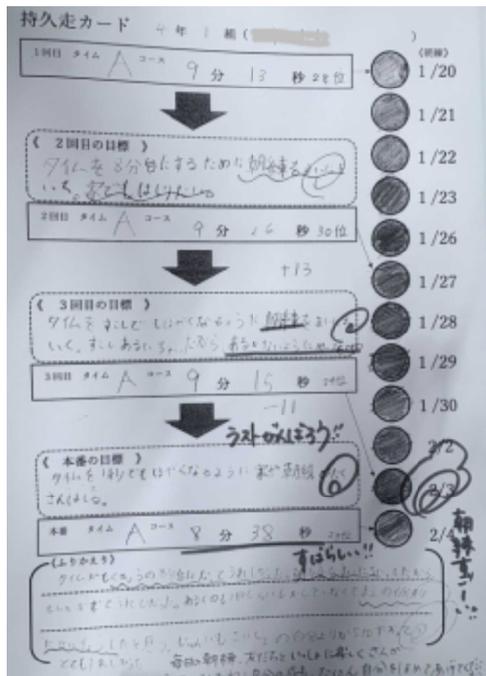


<子どもたちの感想より (一部抜粋・修正)>

・私は 1.7km を走ることにしました。朝練しているときはきついと思っていたけど、毎日がんばって練習をしていたら、きつくなってきました。本番では、練習の成果を出して走りました。走っているとき、お家の人に応援してくれたからがんばることができました。応援が嬉しかったです。



・実は、走るのが苦手です。持久走はいやだなと思いながら、17回も朝練をしていました。本番では、友だちが応援してくれてタイムを20秒短くすることができて、とても嬉しかったです。4年生でも5年生でも6年生でも、タイムを減らせるように練習をいっぱいがんばりたいです。



・とっても恥ずかしかったし、とっても緊張して、心の中で「大丈夫かなあ」とずっと心配していました。本番ではリストバンドとみんなの応援で、最後までがんばることができました。念願のタイムは、8分で終わることができました。リストバンドに込めた思いとみんな（家族）の応援のおかげで、練習のときよりもがんばれました。最高な記録会になってうれしかったし、楽しかったです。

※この子のクラスでは、みんなで持久走記録会を乗り越えるためのグッズについて話し合い、クラスの目標やキャラクターを入れた「リストバンド」を作りました。

←これ（左）は、4年生の持久走振り返りカードです。本番での目標を立てたり、朝練ができた日を記録したり、練習ごとに振り返ったりしたことが、「タイムが目標の8分台になって嬉しかった」という満足感につながっています。

「ありがとうと言え持久走」
僕はこの持久走本番までのことで「ありがとう」と言えることがあります。それは先にゴールした5年生や6年生、先生、お家の人たちの応援です。みんな自分の記録を更新するために必死で走っているのに、自分がゴールして休憩するとすぐ「がんばれ」の声が聞こえてきます。どの人も疲れた顔で応援してくれました。一番の人や二番の人は、「5年生」という輪の中の応援を受けることができなかつたはずなのに、三番、四番、五番とゴールに向かってくれる人たちの応援してゴールする直前まで、見届けてくれます。
僕はきつとそのおかげで十分十四秒の練習の時から、九分十六秒と五十八秒ものタイムをちぢめることができました。
でもその人ただでなく、コースの途中にいた、先生、お家の人の力もあります。
その人たちに向けて「ありがとう」の気持ちや「ありがとう」を伝えたいです。

【持久走のふり返り】
僕は「9分以内にゴールする」という目標を立てて、練習にのぞんだ。今年初めて2.2kmを走った。
1回目の時「あーまじで走りたくない。絶対きついやん」と思っていた。その通り1回目の時はもう歩きたくなくなるくらいきつかった。だけど、2回目の時は違った。毎朝欠かさず運動場で走ったり、楽しんでDayでも持久走の練習をしたから、1回目から-48秒に成功した。
3回目の練習の時「前の記録よりもタイムを縮めてやる」と意気込んで走った。だけどタイムは2回目の記録から+14秒だった。「何がいけなかつたんだ」と家で考えた。だから動画で走るコツを調べた。それで持久走記録会にのぞんだ。周りは保護者ばかりだった。めっちゃくちゃ緊張したけど、少しワクワク感もあった。走っている時に、1回目走った自分を思い出して、「あー。こころまでキツくなつたな」と思って走っていた。順位はあまり良くなかつたが、自分の全力を出せた。タイムはなんと・・・8分59秒だった。ギリギリ目標を達成できた。思わずガッツポーズをした。そして、この時初めて持久走が楽しいと思った。

左は、5年生の感想です。この子は自分自身が真剣に取り組む中で、応援のありがたさに気付いたようです。他にもたくさんの子が、応援について「嬉しかった」と書いていましたが、一番の感想が「ありがとう」というのがとてもいいなと思いました。

右は6年生の感想です。目標に向かって「毎日欠かさず運動場を走る」「楽しんで取り組む」「走り方のコツを動画で調べる」など、自分なりに努力したり工夫したりした姿がすばらしく、最後の「この時初めて持久走が楽しいと思った」が全てを物語っていると思いました。

2/6(金) かがやくことができたのは...

持久走記録会で、全員があれだけかがやいていた大きな理由は、やっぱりこれだと思います。**朝の自主レン**。今も続いていて、今日まで毎日参加した人は、全部で19日も走ったことになります。これはとってもすごいこと。**続けることで、走りがかかるくなり、自信になり、そして、友だちも一緒に走ることで、「私もがんばろう」という気持ちになり、本番であれだけ真剣な走りになったと私は思います。「続ける」は最強です。さあ、次は何を続けますか？**

2/9(月) 市民ロードレース! のはずが...

今年は御幸小から、なんと**150人**が参加。先生たちも**3チーム15人**が参加! もちろん私も。の予定でしたが、残念なことに、**雪のために中止...**
みんなのがんばる姿を見ることができなかつたのが、本当に残念...。私以上に残念な気持ちの人たくさんいたと思います。そういう人は、**ぜひ、来年がんばって下さい。私は、必ず応援に行きます!**ただ、**今年は、みんなと19日間も朝練ができ、これは、本当に楽しかった。最高の思い出ができました。ありがとう!!!**