



# つららん便り



<http://www.kurashiki-oky.ed.jp/school/turahigashi-e/>

## 校内陸上運動記録会

小春日和の穏やかな午後、6年生の陸上運動記録会を実施しました。

本来であれば、四十瀬の正式な陸上競技場で行われるはずでしたが、昨年に続き中止となり、各校で工夫して行うことになりました。陸上部等に入らない限り、多くの子どもたちにとっては小学校生活でたった1度の機会である以上、できる限り競技場での実施に近いものをめざして取り組みました。

朝練習を行い、自分に合った種目を選定する時間をしっかりとった上で2種目を決定しました。4年生が本年度受け入れている体育スペシャルサポーターの高跳びの選手からの指導を受ける機会もできました。また、正式な教育実習が行えなかった代替として教育ポ

ランティアとして実習に来られていた太田先生・大野先生、空き時間の加藤先生・妹尾先生も審判として駆けつけてくれました。審判長を西中先生が行い、本物の記録会にしっかり近づける体制はできたと思います。

開会式で、子どもたちに「克己」という言葉を伝えました。“陸上競技は基本個人の競技。でも周囲の目やライバルの動きが気になります。克己とは 邪念を打ち払い己を克服する。英語で言うとセルフコントロールされた状態。そうなった時、体はリラックスし無駄な力が入らないでよい動きができるといわれています。よいイメージをもって、0.1秒でも1cmでもよい記録をめざして挑戦してみてください。” 子どもたちに伝わったかな？



試技の中で自己ベストを更新できた人もたくさんいました。一方で走り幅跳びなど正式なルールでは記録を伸ばすのが難しいと感じた人も多かったのではないのでしょうか。

この記録会を通して“今の自分の力を知る”ことができたと思います。“今を知り、これから先どう変わっていくか。どう磨いていくか。”を考える一つのきっかけとなる時間となれば幸いです。