

【児童への話】

先週のプール開きを終え、今週からいよいよ水泳学習が始めることができそうです。プールでの学習は、気温と水温を合わせて 50℃以上にならないとできませんので、雨でなくてもできないこともあります。ここ 1～2 週間は、入れたらラッキー！くらいに思っておいてください。先生の指示をよく聞いて、安全で楽しい水泳学習ができるようにしましょう。

さて今日は、「目標をもつことの大切さ」について、お話しします。

校長先生はプールが大好きです。クロールや平泳ぎでゆっくり長く泳ぐと、身体がフワフワ浮いているような気持ちよい感覚になるからです。でも実は、校長先生は小学生のとき、水泳が超絶苦手でした。水に入って、「用意、ピッ」で壁をけて息が続く限り手を動かして、ブハッと顔を上げて立つと、決まって 7m の位置で、それ以上泳げませんでした。恥ずかしかったので、水泳はイヤだなあと、4 年生までずっと思っていました。

そこで、5 年生のときに、「今年は 15m 以上泳げるようになるぞ！」という自分の目標を立てました。そして、その目標クリアのためにどうするか、と考えました。最大の難関は、息つぎです。クロールの息つぎのときに、どうしても慌ててしまうので、「息つぎの時間を長く取れるように、腕を大きくしっかり回すこと」を頑張りました。すると、顔がしっかりと水面に出るようになったので、今度は「息を全部出してから吸うこと」を頑張りました。

プールの横の幅から練習をスタートして、何度もくり返してできるようになったので、いよいよ 25m の縦の幅にチャレンジしてみました。「15m 越えられると嬉しいなあ」と思いながら、ドキドキしてスタートしました。いつもの 7m を過ぎ、プールの真ん中の太い線も過ぎたので、もう少しで 15m だと思いながら、夢中で、でも練習どおりに泳ぎました。すると、いつの間にか壁が現れて、タッチしていました。気付くと、25m を泳ぎ切ることができていました。

できてしまえば簡単なもので、今では 1000m でもラクラク泳げるようになっていますが、校長先生にとっては、とても大きな自信になった出来事でした。目標を立て、どういう練習をすればいいかを考え、何度もくり返し練習をして、できるようになったことが本当に嬉しかったんですね。落五小の皆さんには、水泳に限らず、苦手なことでもチャレンジしてみるものの大切さと、どんなことでも頑張ったことは必ず自分のためになるということを分かって欲しいと思います。自分の目標に向かって、一日ひとつの努力を重ね、「強たくたくましい子」になれるよう、頑張ってみてくださいね。

今日は、「目標をもつことの大切さ」についてお話ししました。

【本講話について】

今週は、水泳学習についてのお話をしました。いよいよ今週から梅雨入りとなりそうです。プールでの学習ができるとよいのですが、天候が難しいかもしれません。今の体育の学習は、マイスタート・マイゴールが基本です。自分のスタート地点から自分のゴール地点を定め、ゴールに向かっての努力を積み重ね、心身の成長を実感することができる子どもを育てていきます。

子どもたちは、大人が子どもだった頃のお話が大好きです。それが自分のお家の方のお話ならなおさらです。ご家庭でもぜひ、自分が小さい頃に頑張っていたこと、夢中になっていたことをお話ししてあげてください。もっともっと、ご家族の絆が強くなりますように。