



輝け 未来へ 中番校

No one will be left behind



おはようマラソン始まる！時間を見つけて走ろう！！

- Change (変革) , Challenge (挑戦) , Continue (継続) -

一昨日より、おはようマラソンが始まりました。最近、朝は、よく冷え込んでいます。子供達の吐く息も白く見えています。今年度は新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響を受け、マラソン大会を3学期の1月29日(土)に実施することとしています。後、十日程ということになります。今年、水曜日の学習時程を少し早めた関係で水曜日は実施しておりません。マラソン大会まで8回の実施となります。期間も少し短くなっていますので、この8回を無事に全て終えることができれば大変嬉しいと思っています。朝のおはようマラソン、昔は耐寒マラソンと言っていた時期もあったかと思っています。保護者の皆様が頑張っておられた頃の呼び方は、如何だったでしょうか。朝、白い息を吐きながら寒さに耐え、走る姿は正に耐寒マラソンという呼び名に相応しい状況であったかと思っています。おはようマラソンでは、子供達に是非、頑張りたいことが2点あります。①毎回参加する。②時間を見つけて走る。この2点です。①については、やはり続けることです。継続です。気持ちがのらない、しんどい時もあるでしょう。日々、体調は変化します。寒い時期、完璧な体調であることを求めることは難しい場合があります。しかし、ここで大切なことは、今の体調で、できることは何かを考えることです。走るペースを少し落としてゆっくり走ろう、調子がいいのでもう少しスピードを上げよう、腕振りをしっかりしよう等、鼻水が出る、咳が出る、喉が痛くなることもあります。冷たい空気に触れると体がそのような反応をする場合があります。これは、体の自然な反応です。非常に長く続くようであれば心配ですが、多くの場合は一過性のものです。②については、この時期、自分で時間を見つけて

走る子供になって欲しいと思います。休み時間、運動場に出て1周でも2周でも走って欲しい、そう思います。子供達には記録表を配布しています。おはようマラソンの時間だけでなく、その他の機会に時間を見つけ、こつこつと貯金してくれる子供になって欲しいと願っています。保護者の皆様は如何だったでしょうか。記録表が少しずつ埋まっていく感じ、覚えておられるのではないのでしょうか。私は、よく教室の前に学級の子供達の記録表を貼っていました。朝、走り終えた後、子供達が嬉しそうに記録していたことを覚えています。そして、休み時間、昼休み、朝のマラソンが始まる前、とにかく自分で時間を見つけて走っている子供がいました。走ることに夢中になって、一生懸命に、取り組む気持ち、大変、素晴らしいものだと思います。今、嬉しいことに朝早く走り出してくれる子供が何人かいます。恐らく、朝、登校後、教室で自分がすべきことをてきぱきと済ませ、「よし！」と気合を入れて出てきてくれているのだと思います。誰もいない運動場に出ていくのも勇気がいるものです。そして、一人、走り出すこれも勇気がいることです。こんな子供達を見ていると応援したくなりますね。先日、北播小学生駅伝カーニバルがありました。本校からは、5年男子チーム、6年女子チームの2チームが出場しました。特に、6年女子チームは、6位入賞と大変立派な成績を収めました。「おめでとう！」本当に素晴らしいことです。先日行われた都道府県対抗女子駅伝では兵庫県は4位、これも大変素晴らしいものでした。陸上王国兵庫といわれる所以ですね。話が逸れましたが、子供達には、この期間、走ることに、一生懸命に、夢中になって欲しいと願っています。毎日走ることは、しんどいけれど、辛いけど、走り終えた後の清々しさ、達成感、満足感、走り切った者にしか分からない、味わえないものです。①毎回参加、②時間を見つけて走る、この2つを目標に力いっぱい頑張る子供達の姿に期待しています。ただ、子供達の体調管理については、保護者の皆様のお力がどうしても必要です。ご理解とご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。