



だいぜんじ

実現可能な「目標設定」ができる力を！

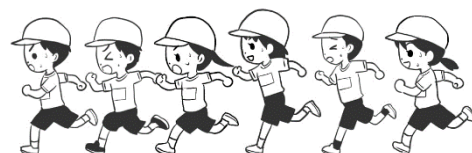
プロスポーツの世界であれば、勝負や順位にこだわらざるを得ないことは確かです。しかし、学校での体育学習においては、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てることが目標です。もちろん、ボール運動など、「勝ち負けを競い合う楽しさを味わわせる」という内容は、今でも変わらず残っています。

今から約20年前、大善寺小の持久走の取組を、一定の距離を走りきる「距離走」から、一定の時間を同じ調子で走る「タイム走」に移行した経緯があります。当時、職員間でも協議を重ね、保護者の方々に理解いただくのにも時間がかかったことを覚えています。「距離走」は、何分かかるうとも最後まで粘り強くやり抜く力が身につくというよさもあります。しかし、順位に目が向きがちになるという面もあります。一方「タイム走」は、決まった時間を調子よく走り続けながら、自分の目標とする距離をめざすものです。人と比べるのではなく、自分との闘いです。自分に甘すぎてはならず、厳しすぎても、または全然考え無しで実現不可能な目標でもいけないのです。しかし、これからの時代求められる力はまさにそこです。「自分で目標を設定し、達成や解決に向けて、自分や仲間と考えたり挑戦したりしていく力」が必要なのです。

先日、長年駅伝の指導をしていただいている江口哲さんが、持久走の学習の導入として、5・6年生に話をしてくださいました。「例えば、7分間のタイム走でトラック10周（2キロ）を目標にしている人は、1周何秒ペースで走ればいいのですか？」と子どもたちに問いました。「そうですね。7分=420秒。420秒÷10周=42秒ですね。そこで、それぞれの目標を意識してこれから取り組めるようにカードを作ってきました。」と、手に持ったまま走れるカードを子どもたちに配布してくださいました。すばらしいアイデアで、ほんとうにありがたかったです。

★タイム走カード

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 周
0:42	1:24	2:06	2:48	3:30	4:12	4:54	5:36	6:18	7:00
0:46	1:32	2:18	3:04	3:50	4:36	5:22	6:08	6:54	
0:52	1:44	2:36	3:28	4:20	5:12	6:04	6:56		
1:00	2:00	3:00	4:00	5:00	6:00	7:00			
1:10	2:20	3:30	4:40	5:50	7:00				



今後の主な予定

12月 4日（金）タイム走記録会 【6年 9:00、5年 9:30、1年 10:00、
2年 10:30、3年 11:00、4年 11:30】

12月 4日（金）学級懇談会 【1~3年 13:40、4~6年 14:30】

12月24日（木）2学期終業式

1月 8日（金）3学期始業式

※3月17日（水）小学校卒業式