

ペースランニング大会

令和5年11月28日

皆さん、いよいよ今日はペースランニング大会です。去年までは河川敷を走っていましたが、校庭に新しいコースを作ったので、今年から学年別に決められた長さを走ることにしました。皆さんが、朝の体力づくりの時間に走ったり、縄跳びをしたり、鉄棒をしたりして運動に取り組んでいる姿を見ていると、私はとても嬉しくなります。また、ペースランニング大会用の黄色のコースを、本番のような表情で集中して走っている人を見ると、陸上競技選手のようにとても感動しています。

今日欠席者はゼロで全員揃いました。全体的に登校も、着替えて校庭に出てくるのも早くて、スクールバスは7時40分前には到着しました。きっと、バスで登校する人たちも、早く集まったからですね。ウォーミングアップ以外にも、高学年を中心に準備を手伝ったり、落ち葉を掃き集めてくれたりしました。みんなの気持ちで、大会が盛り上がっています。とてもうれしいです。ありがとう。

さて、今日のペースランニングは、誰と戦いますか？そう。自分との戦いですね。きっと、「息が苦しい。もう歩きたい。」と思う自分と「目標タイムより早くゴールするぞ。きついけど、スピードを落とさずに走るぞ」と思う自分が戦うのですね。

さあ、自分の胸に手を当てて、心臓やお腹に「よろしくね。」太ももやふくらはぎにも「しっかり動いてね。お願いね。」と声をかけましょう。そして隣の友だちと、「お互いに頑張ろうね」と言葉を交わしましょう。体育の授業で練習した時のきつさを一番わかり合えるのは同じ学年の友だちです。一緒に走る仲間がいることにも感謝しましょう。

皆さんが、頑張る姿を応援するために、保護者や地域の皆さまも来てくださいました。先生方も応援しています。精一杯頑張ってください。