



東 俣 野 7月号

東俣野小学校 学校だより 令和元年6月28日

水泳は「チョー気持ちいい」??

副校長 宮崎 恵子

今週から水泳学習が始まりました。まだ気温・水温等の関係で実施できていない学年もありますが、7月に入ればきっと、良いコンディションでプールに入れる日も多くなると思います。

「水泳」といえば、オリンピックで4つの金メダルを獲得した北島康介選手の「チョー気持ちいい」「何も言えねえ」という言葉は当時有名になりました。世界の頂点に輝いたときの「チョー気持ちいい」という言葉は、その感動や興奮がとても伝わってきました。

しかし、プールに入ることが苦手な人にとって水泳は「チョー気持ちいい」ものではないかもしれません。「今日は水泳だ・・・」と暗い気持ちで登校してくる人や、水の中に入ることそのものに恐怖を抱いているお子さんもいるかもしれません。

北島選手は、自身の功績について「一つひとつ小さな目標を設定し、その壁を乗り越えることで力をつけていった」と話しています。北島選手もはじめの小さな目標は、通っていたスイミングスクールの進級だったそうです。でもだんだんと、「全国大会」「オリンピック」そして「金メダル」・・・とステップアップし、その結果が世界一だったとのこと。

今、水が苦手な人も同じです。ちょっと勇気を出して、まずは水の中に入ってみましょう。それができたら、もう少し頑張って顔を水につけてみましょう。最初は目をつぶっていてもいいので、とりあえずつけてみましょう。もしそれができたら、頭まで潜ってみましょう。そうやって小さな目標をクリアしていけば、「あ、浮いた!」「進んだ!」と、ちょっと水泳が楽しく感じる瞬間がやってくることでしょう。その後も、「伏し浮き」「バタ足」「息継ぎ（この壁を乗り越えるのに苦勞する人が多いようですが）」とクリアすることで、水泳がもっと楽しくなってくるはずですよ。さらに、泳げる長さや速さ、泳法の種類など、新たな目標に向かって挑戦することで、自分の力はどんどん伸びていくことでしょう。

小さな目標設定が「できた!」という喜びを生み、それが次への意欲となる。一度に高みを目指すのではなく、スモールステップを大切に繰り返していく。これは、水泳以外のどんなことに挑戦する際にもいえることではないでしょうか。もちろん、日々の学習でも。私たち教職員も、子どもたちの小さな成長を認めながら、次につなげていく指導、支援を心掛けています。

7月末には小雀小学校で、大正小と3校合同で「区水泳大会」が行われます。4年生以上で25メートル泳げる人は誰でも参加できます。すでに水泳が得意な人はもちろん、今年25メートル泳げるようになったばかりの人にも積極的に挑戦してほしいです。

今年の夏、小さな目標を一つずつクリアして力を伸ばし、多くの子どもたちが水泳学習で「チョー気持ちいい!」を体験してほしいと願っています。