

GRASS ROOTSに 名を刻め!

— RESPECTから始める冒険 —

その85 (R05.11.22)

～ 持久走大会を終えて ～

持久走大会では、すべての学年で一緒に走ることができてうれしく感じました。基本的には、最後のランナーを励ましながら走りました。次のことを伝えました。

- ①足の動きがゆっくりになったとき、「腕を縦に大きく振る」というアドバイス
 - ②呼吸が苦しくなったとき、「息を思い切り吐くを3回繰り返す」というアドバイス
 - ③走り始めの息苦しさのこと、500mまでのペース、ラスト200mからの走り方など
- 子供たちは、しっかりアドバイスを聞きながら、粘り強く走りきることができました。子供たちと一緒にがんばったという経験をさせていただき、感謝しています。

見つけたよ! RESPECTにあふれる景色

<p>【11月21日(火)】1年生の一言</p> <p>今日は、初めは普通の速さで、最後に全力で走る作戦でした。途中は、息が苦しかったけれど、作戦通り、がんばれました。うれしい一日になりました。来年も、がんばります。</p>	<p>【11月21日(火)】2年生の一言</p> <p>持久走記録会の感想を聞いたら、「いっぱい走って疲れた。」「親に応援されてうれしかった。」「1位になってうれしかった。」など、一人一人が思いを話してくれました。</p>
<p>【11月21日(火)】3年生の一言</p> <p>初めて3位になってうれしかったです。1回目よりタイムが58秒速くなりました。最初から全力で走ってよかったです。</p>	<p>【11月21日(火)】4年生の一言</p> <p>今日の持久走は楽しかったです。一生懸命がんばったので、37秒上がりました。先生のアドバイスとあきらめない心があったからです。もっと速くなりたいです。</p>
<p>【11月21日(火)】5年生の一言</p> <p>1回目の試走より、49秒タイムがよくなりました。自分で振り返ると、最初にスピードを出して、後半は耐え凌ぐように走ったことがよかったかな。</p> <p>超うれしかったです。来年もがんばります。</p>	<p>【11月21日(火)】6年生の一言</p> <p>陸上記録会・20分休みの練習、持久走の試走をがんばった成果が出ました。</p> <p>試走より、7秒タイムがよくなりました。順位も一つ上がりました。1位がとれなくて悔しかったけれど、タイムがよかったです。うれしかったです。</p>