



# 泗水小だより



泗水小学校  
学校だより No29  
文責 芹川博文  
12月1日(金)

学校教育目標「自ら考え なかまと高め合う 泗水小」

## 自分に克つ みんなで克つ ～ どの学年も「底力」を感じた持久走大会 ～



初めての持久走 元気に走り出す 1年生の姿



最後の持久走 力強く走り出す6年生の姿

感動の半日となりました。どの学年も、順位だけではなく、自分との闘い、集団としての頑張りぬく意気込みが伝わり、一人一人の全力を出し切る姿が輝いていました。「タイムが縮みました」「初めて歩かずに走り続けました」など、それぞれの「変わり目」を見せた子どもたち。これからも「自分に克つ、みんなで克つ」泗水小であってほしいと願います。

6年生で唯一、7分台を出した 松岡 知 さんの走りを見て、以前、彼が書いた作文(熊日新聞「若者コーナー」に掲載)と、つながりましたので紹介させていただきます。

### 「規則的生活で体力がついた」

ぼくはサッカーを習っています。夏休みは昼間2時間の練習がありました。試合の時は一日中外で過ごす時もありました。汗をかいてとてもきつかったです。

そんな中、練習中に友達が熱中症になって嘔吐したことがありました。そのことを受けて、コーチたちが対策をするのはもちろん、自分自身でも体調管理を考えて実行してほしいと話がありました。

ぼくは、熱中症にならずにサッカーを続けるために大切なことは何かを考えました。まず、水分を取るために、大きな水筒1本分の水を飲むようにしました。休憩時には水を浴びて体を冷やしました。そして毎朝しっかりご飯を食べて決まった時間に寝ることも実行しました。

それを毎日続けたら、熱中症対策だけでなく、体力がついて健康になった気がしました。暑くても「まだ動ける」「もっと走れる」というプラスな気持ちでプレーすることができました。そして夏休みが終わってから最初の試合でぼくはキーパーをして、ペナルティキックを止めることができ、チームの勝利につなげることができました。

これからも体のづくり方、健康の保ち方を学習して、全力でサッカーをしたいです。

聞くところによると、持久走大会前も、サッカーの練習前に、お父さんと走っていたとのこと。想いが日々の努力となり実を結んだ彼の姿に、元気をもらいました。

## 時代を乗り切る力 GRIT (グリット) ～ 「やり抜く力」が見直されています ～

「根性」とかの精神論は、「昭和時代の古き言葉」と感じてしまうかもしれません。

ところが(若干の意味の違いはあるかと思いますが)、グリットという「やり抜く力」に注目した人がいます。ペンシルバニア大学教授のアンジェラ・リー・ダックワースは、「才能やIQ、学歴ではなく、やり抜く力(グリット)こそが、社会的に成功を収める最も重要な要素である」と提唱していますので、少し紹介させていただきます。

### GRIT (グリット) の意味

Guts : 「闘志」 困難なことに立ち向かう  
Resilience : 「粘り強さ」 失敗しても諦めない  
Initiative : 「自発」 自ら目標を定めて取り組む  
Tenacity : 「執念」 何事も最後までやり抜く

### GRIT (グリット) を育てる6つの方法

- 1 今より少し難しいことに挑戦する
  - 2 成功体験を積み上げる
  - 3 挑戦する事柄は変えてもよいとする
  - 4 グリットを持つ、持ちたい人と行動を共にする
  - 5 グリットを持つ人をトップがたたえる
  - 6 短期だけでなく長期目標を視野に入れる
- これからの時代、大切になる力かと思いました。

## PTAの皆様、お世話になりました

持久走大会当日は、お米の販売や交通整理など大変お世話になりました。前日の米の仕分けをはじめ、準備や打ち合わせなど、皆様のおかげで当日も安全に、充実して実施できました。皆様のご支援あってこそこの泗水小、ありがとうございました。

