

「身体が軽い」「速くなったよ！」

八王子・小宮小学校でミズノ走り方教室

ベルマーク教育応援隊の「走り方教室」が10月14日、東京都八王子市立小宮小学校(佐藤浩校長・児童614人)で開かれ、1～6年生約120人が参加しました。あいにくの雨で広い校庭が使えず、大勢の保護者が見守るなか体育館での開催となりました。

講師はミズノスポーツサービス株式会社スポーツウエルネス営業部の小杉俊裕さん。中学から陸上競技を始めて関東大会出場や1600mリレー日本一の経験もある、全国で走り方教室を指導している人気の先生です。

まず屈伸やストレッチなど準備運動。「片足で30秒立ってみよう。フラフラしないで、手をしっかりあげてー！」という声掛けに、「30秒もできないよ～」と児童たち。

続いて両腕回しやスキップ、股関節を柔らかくするため足を開いたまま歩く練習、正しいスタートの方法など

を学びました。それが済むと少し複雑なステップを練習。「横に足を大きく広げて前に出し、ツーステップ」「途中でもも上げを50回してからダッシュ」――。最後に、習った動きを生かして、全員でリレーを楽しみました。

授業を受けた児童からは「すごく速くなった気がする」「走るときに身体が軽い」といった感想が聞かれ、見学していた保護者からも「動きがこれまでと全然違います」「何回教えても出来なかったフォームがすんなり出来ていました」と驚きの声があがりました。

小杉コーチは「走るのが好きな子が多くて、動きづくりがとてもスムーズでした。笑顔で楽しそうに出来ていて良かった」と話しました。

「走り方教室」は毎年人気を集めている教育応援隊のメニューで、協力会社のミズノが開催しています。



思い切り走るの楽しいね。体育館の舞台で見守るのは保護者のみなさん

目がキラキラ 理科実験教室

岐阜・恵那市立上矢作小でエジソンの会

岐阜県恵那市にある明智鉄道の岩村駅。NHKの朝ドラ「半分、青い」の舞台となった地です。そこから車で約15分。市立上矢作小学校(曾我隆校長、児童68人)で、理科実験教室が10月19日に開かれました。ベルマーク財団のへき地校支援のメニューのひとつです。

講師はNPO法人サイエンスものづくり塾エジソンの会(華井章裕代表)の5人。会場の体育館で教室が始まると、さっそくペンシルバルーンが飛んできました。さわろうと1、2年生が「ぼくが、わたしが」と立ち上がり、高学年から「すわって!」と声がかかります。

続いて飛んできた丸い風船は、いきなりパン!と大きな音を立てて割れました。風船にはゴムを溶かす性質を持つ柑橘油が塗ってあったのです。

他にも600本の三寸釘や、マジックで使われる綿火

薬などを題材に、盛りだくさんな実験が続き、子どもたちは目をキラキラさせて取り組んでいました。

授業の後半は工作です。グルーガンで4つのビー玉をくっつけた「ビー玉で逆さゴマ」は、回し始めると勝手に逆立ちします。さらに、好きな材料を組み合わせる「キラキラ万華鏡」、木片をくぎで打つのが難しい「ビー玉オルゴール」、自分の指の形の模型が出来る「コピックで指のレプリカ」などを作り、子どもたちは各自の作品で楽しそうに遊びます。同校教務主任の伊藤弘晃先生は「普段はできないことを経験させてもらい、子どもたちが生き生きしている」と嬉しそうでした。

最後に6年生の代表児童がお礼を伝え、教室が終わりました。大はしゃぎの2時間でした。子どもたちはお土産を持って、うれしそうに教室に帰っていきました。



飛び交うペンシルバルーン、いきなり大騒ぎになった理科実験教室。

「背筋伸ばして」「前を見て」…「乗れた！」

佐賀と和歌山で一輪車講習会

ベルマーク財団のへき地校支援プログラム「一輪車講習会」が10月、各地で行われました。いずれも、教えるのは一輪車競技で世界チャンピオンの経験もある鈴木奈菜さんと須郷真弥さんです。

●佐賀県唐津市立小川小学校

美味しいイカで名高い唐津市の呼子港から船で20分ほど、古くはクジラ漁で栄えた小川島にあり、台風で船が出るかどうかヤキモキしましたが、無事開催できました。1年生から5年生まで各1人ずつの児童5人全員が参加しました。

小川小は今年の春にベルマーク預金で一輪車3台を購入しましたが、乗り方や練習方法が分からず、余り使われていませんでした。須郷さんが座った子どもたちの間を縫って走ると、子供たちは



びっくり仰天「すげー!」。緊張が一気にほぐれました。

子どもたちはまず、ステージの縁で体を支えながら片足乗りの練習。すぐに全員が立てるようになりました。次はその姿勢をどれだけ長く保ってられるか。「背筋を伸ばして」「前を見て」。バランスを取るには姿勢が何より大事なことを体で覚えていきます。くじけずに何度も挑戦。サドルの上にいる時間がどんどん伸びていきました。

●和歌山県高川町立笠松小学校

10月22日と23日は和歌山県。9月の初めの予定が台風24号のため延期になっていたのです。

22日の笠松小は、ペア演技やグループ演技にも積極的に取り組み、2年生以上はみな補助なし乗車ができます。全校児童16人に加え、



近くの寒川第一小学校の11人、川原河小学校の2人も加わりました。

実習は1～3年生と4～6年生に分かれてスタート。下級生組は「良い姿勢」を心がけることに重点が置かれます。「腰を真っ直ぐ!」「顔を上げて前を見て!」。姿勢の違いで走り方がぐっとスムーズになるのが傍から見ていても分かります。

上級生組は、前進と後退を繰り返す「アイドリング」に最初からチャレンジ。さすがは手慣れた子が多く、先生の指示を着実にこなしていきます。斜めに支えた一輪車をまたいで乗る「横乗り」、ペダルから離れた足で車輪を回して走る「タイヤ乗り」と技はどんどん高度になっていきますが、みんな一生懸命くらいついていきました。

●和歌山県田辺市立龍神小学校

10月23日は「美人の湯」で名高い龍神温泉にほど近い龍神小。体育館に1～6年生の15人が集まりました。ここも全校で一輪車に取り組み、3～6年生は運動会で成果を発表していますが、1、2年生はまだうまく乗れません。そこで乗れる子チームと乗れない子チームに分

かれて教わることになりました。

乗れる子チームは12人。うまく下りる方法から、8の字走行、アイドリング、と続き、最後はグループ演技の大技「ループトンネル」成功を目指します。輪を作った中の2人がつないだ手を挙げたトンネルを残りの子どもたちが潜り抜けていくという難しい技。見事成功、とまでは行きませんでしたが、もう少しという所までこぎつけました。

乗れない子チームは3人。ステージの縁で体を支えながら、バランスを覚えていきます。講習会も終わりに差し掛かったころ、大きな歓声が沸き起こりました。先生に片手を支えられて前に進んでいた2年生の山本溪太くんが、手を離れてスルスと5mほど走ったのです。「乗れた!」。びっくりしたような車上の顔が、すぐに誇らしげな表情に。見守っていた先生たちも「すごい、すごい」と本人以上に喜んでいました。

