

世界選手権メダリスト！



為末 大 氏による特別授業を実施！

と き 2月13日(木) 9時40分～12時25分 ところ 光が丘春の風小学校(光が丘7-2-1)

13日、元プロ陸上選手で400メートルハードル日本記録保持者の為末大(ためすえだい)氏が、区立光が丘春の風小学校(校長：井上靖 児童数：456人)を訪れ、6年生65名を対象に特別授業を行った。この特別授業は、日本製粉株式会社が主催している「為末大学 食育学部」の一環で、練馬区内では初めての開催。

授業は「自分へのチャレンジ」「多様性を知る」「明日への体を作る」ことをテーマに、「体育の時間」「話し合いの時間」「食育の時間」の3部構成で行われた。「体育の時間」では、為末氏は児童たちと一緒に準備運動をしたり、ハードルの跳び方やスタートダッシュのコツを指導。ハードルを倒した児童に、「僕も沢山ハードルを倒した。つまずいても、振り返らないで前を向いて、どんどんチャレンジして欲しい。」と語る場面もあった。

この日、授業に参加した6年生の男子児童は「陸上競技は得意ではなかったけど、為末さんから跳び方やスタートの仕方を教わって、早く走れているのが自分でも分かった。とても面白かったです。」と話してくれた。



(ハードルの手本をみせる為末氏)



(児童の話聞く為末氏)

【当日の様子】

最初に校庭で行われた体育の授業では、高さの違う4種類のハードルを用意。為末氏から、「スタートダッシュは前足に体重の9割をかけて、転ぶようにしながら前に出る。」「跳ぶ時は高く跳ぶようにして、前に出す足は真っ直ぐに。」といったアドバイスが送られ、児童達からは「早く走っても、簡単にハードルが跳べる。」「体が軽くなったみたい!」といった声があがった。

続いて、体育館で行われた「話し合いの時間」では、児童それぞれの「夢」と、夢を達成するための「夢の階段(ストーリー)」の発表が行われた。それらを聞いた為末氏から「その夢が実現したら、誰が喜びますか?」と質問。すると、児童たちから「家族」「友達」「世界中のみんなのひと」いった意見が出るなど、活発な議論が行われた。この時間のまとめに、為末氏から「夢をかなえるために、具体的に何をするのか?何をしたいのか?夢の向こう側に誰の笑顔があるのかを考えてほしい。そして、クラスの皆でお互いの夢を応援しあってください。」とメッセージが送られた。

最後に行われた「食育の時間」は、講師のこばたてるみ氏(管理栄養士)から、「食事の基本は3食×3色(主食・主菜・副菜)。毎日朝食を食べる児童と、食べない児童では、学力・体力の差が出る。」という話がでると、為末氏から「自分も、陸上を始めた中学時代から、野菜を積極的にとるようにした。苦手なものでも美味しく食べられるよう、調理報や食べ方を工夫するといい。」といった話に、会場にいた保護者たちも頷いていた。

【「為末大学 食育学部」について】

【参考URL】 <http://www.nippon.co.jp/hiroba/tamesue-college/index.html>

【問い合わせ】 練馬区立光が丘春の風小学校 電話 03-3976-5861