

## 11 / 22 校長講話

先週、音楽会が終わりました。

いろいろな方からたくさん褒めていただきましたか。

私は、一人一人が自分の殻を破り可能性を伸ばした姿に触れ喜びを感じるとともに、その可能性が一つに合わさったときの爆発的な音楽の力に圧倒されました。

音楽会の大成功を共々に喜びあいたいと思います。

皆で拍手をしましょう。

さて、話は変わります。

今週から長縄週間が始まります。

音楽会は、学年で取り組みましたが、長縄は、学級で取り組みます。

ゴールつまり、長縄大会の日は、12月8日（木）です。

この日を目指して、目標を掲げながらチャレンジしてください。

私が、6年生の担任をしていたときに長縄大会で300回以上の記録を出したことがあります。1分間に100回以上跳ぶのです。とても速かったです。

長縄跳びのコツを3つ教えますね。

1つは、タイミングを合わせることです。

「1. 2. 3…」と声をかけて跳ぶ速さと回す速さを合わせます。初めころはゆっくりで「1. . 2. . 3. . 」が良いです。徐々に跳ぶことに慣れてきたら「1 2 3」とスピードをあげてみてください。また、全員が声を出すことでリズムが生まれるのでやってみてください。

2つは、真っ直ぐな姿勢を保つことです。

姿勢が崩れて前かがみになるとジャンプの高さが足りなくなり引っかけやすくなります。真っ直ぐな姿勢を保つことを心掛けてください。また、跳ぶときにどこを見て跳ぶか決めることも良いです。

3つは、引っかかったときの掛け声です。

私のクラスは「ドンマイ」と全員で言いました。跳べなかった子を攻めれば雰囲気が悪くなります。これでは、目標達成どころか嫌な思い出しか残りません。だから、私のクラスは「いいよ・大丈夫だよ・次頑張れ」の意味を込めた「ドンマイ」でした。ぜひ、引っかかったときの掛け声を考えてみてください。

長縄大会まで2週間です。

ぜひ、音楽会を越える力を発揮してください。