

11月11日(火) 3年4年 アスリート訪問

11月11日(火)に、パラリンピック陸上競技・走り幅跳びの高田千明選手と、コーチで元オリンピック選手の大森重一コーチが、わたしたちの学校に来てくださいました。3年生と4年生が、貴重なお話を聞き、一緒に体を動かしました。

高田選手は「全盲」という、光もほとんど見えないクラス(T11)で競技をしています。どうやって走る幅跳びをするのか、動画を見せていただきました。走り幅跳びでは、「コーラー」という人が砂場の前に立って、声で方向を教えてくれます。高田選手はその声の方向めがけて全力で走って跳びます。高田選手は、小さい頃から体を動かすのが大好きでしたが、だんだん視力が弱まっていきました。しかし、「もう一度走りたい!」という思いで21歳から陸上を始め、10年目で目標だったパラリンピックに出場することができたそうです。

「毎日できることを、必ずやり続けることが大切。『継続は力なり』です。みんなも、毎日決めたことを積み重ねて、大きな目標を達成できるように頑張ってね!」という、力強いメッセージをいただきました。

お話を聞いた後、運動場に出て高田選手と大森コーチと一緒に体を動かしました。

かけっこで体を温めた後、わたしたちはガイドランナーになって、友達をサポートする体験をしました。目が見えない人の気持ちを考えながら、声をかけたり、歩くスピードを合わせたりするのは、とても大切なことだと学びました。

