

# 眞実信心

倉吉市立成徳小学校 六年 鋤崎 希歩

「眞実信心」とは正しいもの、正しい事を信じてやりぬくことです。これは陸上を指導してくださっている先生から教わりました。

私は小学校二年生から陸上クラブに入って陸上をしてきました。二年生のころはクラスで一番走るのが速かったので陸上を習っても速い人と競争するのが楽しかったです。しかし、三年生からタイムが速くなりませんでした。きっと練習が足りないのだと思い、毎日夕方競技場に行き練習をしました。しかし、自分よりおそかった友達にぬかれ自分と同じくらいに練習しているのに自分だけ速くならないんだろう」とくやしくて泣く日もありました。そして、走ることから逃げるようになり私はジャベリックボール投げや走りはばとびを選んで大会に出るようになりました。三年生のころからトレーニングをしていたので、どの種目でも上位に入れましたが、友達がリレーで頑張っている姿を見るとなんだか心がもやもやしました。

五年生の秋から、お母さんの学校の先生に走り方を基本から教わりました。私は、足が後ろに流れて、しっかりと地面をけることができないという課題があることが分かりました。しっかりと地面がけれるように、ミニハイドルやラダーを使って毎日練習を積み重ねました。毎日の課題や新しく覚えるポイントを陸上ノートにまとめました。すると、自分ができないのはなぜかを考えるようになり、意識をして練習することができるようになりました。

同じ陸上クラブの友達もいっしょに練習をしようと言って、週に三回集まって練習をしました。練習では、おたがいにアドバイスをしたり、はげまし合ったりしました。チームとして自然に一人一人が努力するようになる

と、練習時間を大切にできるようになりました。それに、みんなも頑張っているから自分も限界まで頑張ろうと思えるようになりました。私達の頑張っている姿を見て、お母さん達も声をかけてくれたり、練習の準備を手伝ってくれたりしました。

そして、このメンバーでリレーを組んで全国大会に行きたいと思うようになりました。

先生も全国大会を目指して一日一日の練習を大切にきびしく指導してくださいました。

走ることに自信がなく、嫌になっていた私にとって、リレーメンバーに入ることとは遠い夢でした。できないことが何かを考え、一つずつできるように努力することで、半年の間に一・五秒も速くなりました。やっと友達に追いついたと思うとうれしかったです。

四月の大会では、リレーメンバーに入りみごと優勝して金メダルをもらいました。六月の全国大会予選では四位に終わりました。くやしい気持ちは残りましたが、チームのみんなと共に半年頑張れたこと、先生にここまですばしく伸ばしてもらったこと、おうちの人達が練習がしっかりとできる環境をつくってくれたこと、多くの人に支えられて頑張れたことに感謝しています。

陸上で学んだ「真実信心」をわすれず、仲間や支えてくださった先生、家族への感謝の気持ちも大切にして、これから目標に向かって頑張っていきたいです。