



古中だより「坂道」

〈くめざす生徒像〉

- (知) 自ら学ぶ生徒
- (徳) 礼儀正しく思いやりのある生徒
- (体) 心身ともに健康な生徒

令和4年度 第4号

5月13日 発行

古殿町立古殿中学校
校長 上野 康生

～ 頑張れ古中生！ 県南陸上競技大会間近にせまる！ ～

5月17日(火)、白河市総合運動公園陸上競技場において、第5回県南陸上競技大会が行われます。特設陸上部員19名(男子12名、女子7名)は4月中旬から約1ヶ月の間、朝練習や放課後練習に熱心に励んできました。短い練習期間ではありましたが、**部員一人一人が目標をもって、仲間と励まし合いながら精一杯頑張りました。**選手はそれぞれが掲げた目標の達成をめざして、**最後まであきらめず、古中生としての誇りをもって頑張ってください。**なお、当日は新型コロナウイルス感染予防のため、無観客で行われます。そのため、保護者の方々の応援はできませんので、ご了承ください。

また、昨日は選手壮行会が行われました。**応援団もこの日のために昼休みを返上して練習に励み、元気いっぱいの応援をしました。**激励の言葉では久保木琉唯さんが「**良い結果を出すことはもちろんですが、競技を楽しみ、思い出に残る大会となることを願っています。**」と述べました。それを受け、選手代表の酒井佑真君が「**これまでの練習で体力や精神面を鍛えてきました。大会まで残り期間は短いですが、より良い練習をして最高のパフォーマンスができるよう頑張りたいです。**」と決意を述べました。

古中生の健闘を祈ります！

登録選手一覧

種目	男子	女子
	氏名(学級)	氏名(学級)
100M(1年)	佐川 瑛大(1-1)	野村 榎音(1-2)
100M(2年)	青柳 陸生(2-1)	矢内 優菜(2-2)
100M(3年)	小針 星砂(3-1)	
200M(共通)	矢内 漣(2-1)	渡辺 莉瑚(2-1)
400M(共通)	鈴木 来夢(3-1)	
800M(共通)	佐藤 颯亮(1-2)	
1500M(1年)	水野 蓮(1-2)	
1500M(2,3年)	松井 蒼空(2-1)	渡邊 美優(2-1)
110MH/100MH(共通)	水野 涼雅(2-1)	角田 祥恵(1-2)
走高跳(共通)	野崎 友大(3-2)	佐川 柚葉(1-2)
走幅跳(共通)	加藤 魁人(3-2)	藁谷 結奈(1-2)
砲丸投(共通)	酒井 佑真(3-2)	
1, 2年 4×100MR	矢内 漣(2-1)	矢内 優菜(2-2)
	松井 蒼空(2-1)	渡辺 莉瑚(2-1)
	水野 涼雅(2-1)	渡邊 美優(2-1)
	佐川 瑛大(1-1)	野村 榎音(1-2)
	水野 蓮(1-2)	角田 祥恵(1-2)
	佐藤 颯亮(1-2)	佐川 柚葉(1-2)
共通 4×100MR	青柳 陸生(2-1)	
	小針 星砂(3-1)	
	鈴木 来夢(3-1)	
	野崎 友大(3-2)	
	加藤 魁人(3-2)	
	酒井 佑真(3-2)	

選手壮行会の様子



～ 体力の向上を～

5月6日(金)に新体力テストが行われました。屋内の種目のみ全校で実施し、屋外の種目については保健体育科の授業で実施します。昨年度の結果では、残念ながら**多くの種目で記録の低下が見られました。**長らく続いている新型コロナウイルス感染症の影響により、**学校や家庭での生活で運動量が減少している**ことが原因の一つと考えられますが、**運動を積極的に行おうとしない生徒**が見られることも事実です。

そこで、本校では昨年度から保健体育科の授業のはじめに補助運動やダッシュを取り入れたり、部活動で基礎体力トレーニングを取り入れたり、「自分手帳」に記録を記入して**自分の体力に対する関心を高め運動の必要性を理解**させたりするなどの取組を行ってきました。これらの成果が今年度の結果に表れることを期待しているところです。今後もこれまでの取組を更に工夫・改善しながら、生徒が意欲的に運動し体力を向上させられるよう努めて参ります。

体力の向上は身体面のみならず、気力の向上にもつながり、学習や生活にも必ず良い影響が出るものと考えております。食事、睡眠と併せて大切な基本的な生活習慣である「運動」。まずは、学校の**保健体育科の授業や部活動に一生懸命取り組み、気持ちの良い汗をかく**ことができるよう、保護者の皆様からもお声かけをお願いします。

