

和-Nagomi-



第15号：令和元年11月12日（火）発行

持久走大会



先日、持久走大会が行われました。晴天に恵まれ、絶好の持久走日和でした。口では嫌だといいつつも、完走あるいは自己の目標達成のため、一生懸命に走った姿は印象的でした。多くの生徒が、達成感を感じたと言っていましたね。

しかし、残念ながら、自分の弱さに負けてしまった人もいます。その人はぜひとも来年、自分に打ち勝つべく、頑張ってもらいたいと思います。また、持久走に限らず、嫌なことから逃げない学年に成長して欲しいと思います。

さらに、本校は新体力テストが県や全国の平均あるいは光市の中学校の平均に比べ、低いという結果が出ています。中でも1年生は長座体前屈以外の種目について、すべて平均を下回っています。これを機に、日頃から運動することを心がけてほしいものです。以下、感想です。

- ・スタートするまでは緊張でいっぱいだったけど、きつくなってもいろいろなところに応援してくれる地域の方や保護者の方がいて、そのおかげで走りきれたと思う。
- ・持久走大会で、自分の心と戦う大切さと難しさを学んだ。周りが歩いているから自分もいいと何度も思ってしまった。何度も思ってしまったのは、いつも負けているからだと思う。1回勝ったからといって気を抜いてしまえばまた負けてしまう。何事にも自分の弱いところを見つめて取り組んでいきたい。
- ・思い切り完走したこと、自分の弱さに打ち勝てたときの達成感には自信につながった。あと、応援の威力はすごいと思った。学年関係なく、たくさんの男子が応援してくれて、体が勝手に速く走



りだした。

- ・ずっと持久走大会嫌だなと思っていたけど、終わってみるとすごくやりきったぞ!!といううれしい気持ちでいっぱいになったので、走ってよかったなと思った。
- ・どんなに練習やストレッチなど準備をしても最後は「あきらめない」という自分の心が完走につながるのだと分かった。
- ・仲間の大切さに気付いた。応援してくれる人の大切さに気付いた。すれ違うときに、「がんばれ」と言ってくれる生徒がいて優しいなと思い、自分もできるようになりたい。
- ・自分の中で「陸上部だから速いに決まってる。だから遅くてもしょうがない」と言ってごまかしていた。でも、陸上部じゃなくても最後まで辛くても走り抜いていたのに、自分が楽な方にどんどん進んでいたのに、その弱い心に勝つことを、2年生までの目標にしたいと思った。



今回、「嫌だったけど走ってみてよかった」、「応援することされることの有難さや大切さを学んだ」、「自分の限界について知れた」、「運動をしないといけない」といった同じような意見が多くありました。本当によく頑張りましたね。

結果発表～



<総合の部>

第1位 2年2組 第2位 1年1組 第3位 2年3組

<個人の部>

	男子	タイム	女子	タイム
第1位	河村 宥暉	23 : 19	内田 安沙子	14 : 38
第2位	小南 優介	24 : 32	鶴田 こゆき	15 : 24
第3位	本城 光悠	24 : 33	國村 愛央	15 : 43
第4位	守田 樹	25 : 19	長岡 紫音	15 : 51
第5位	岩根 志樹	25 : 30	檜崎 杏菜	16 : 03