

早寝・早起き・朝ご飯＋運動(自力登校)で生活のリズムを整えましょう！

生活指導だより
第25号

そろえる

溝辺中学校
令和5年6月15日発行

地区総体 **速報** 陸上競技 2種目で県総体出場 おめでとう!(^^)!

県総体出場 ☆1年男子 100m走 5位 さん 13秒40

県総体出場 ☆共通女子 砲丸投げ 5位 さん 8m02cm

入賞 1年女子 800m走 8位 さん 2分37秒99

「地区陸上入賞の喜びと県総体へ向けて」 3年



私は、昨年の地区新人陸上競技大会で4位という結果で、あと一步というところで悔しい思いをしました。最後の地区総体では、予選3位で決勝進出し、5位で念願の県総体出場を勝ち取ることができました。ギリギリでの県総体出場で悔しい反面、朝ランで練習した成果を発揮することができてとても嬉しかったです。7月23日に行われる県総体は初めての経験で緊張すると思いますが、肥田木先生のご指導のもと朝ランでしっかりと練習して悔いのないように楽しんでいきたいです。最高のパフォーマンスでよい結果が残せるよう頑張ります。



「初めての挑戦」 1年



僕が地区総体でうれしかったことは、予選を突破できたことと、決勝で勝つことができたことだ。僕は昨年の陸上記録会で悔しい思いをしたのでそのリベンジを果たすことができたので、予選突破と決勝で勝てたことで昨年の悔しい思いを晴らすことができた。県総体ではどんな結果になっても、僕の持っている力を全て出し切って、県内の猛者たちに挑戦して少しでもいい結果を残したい。



決勝の様子 左から2人目が山崎さん

多様なスポーツとの関わり方 地区中体連を終えて

近年、スポーツを行うこと、見ることと並んで重視されていることが、スポーツを支えるという関わり方です。例えば、部活動やクラブでは指導してくださる監督やコーチ、チームメイトやサポートしてくれる仲間や家族の存在は欠かせません。大会へ参加すれば、審判や生徒役員、その他大会関係者などの多くのボランティアのおかげでゲームをすることができている。今年の中体連を終えて、あらためて支えてくださる方々の役割の大きさを感じた。

今年の秋には、「特別国民体育大会 燃ゆる感動かごしま国体・大会」が鹿児島県で開催されます。地元霧島市では、ゴルフやハンドボール、馬術などの競技が開催されます。国内トップの選手の競技を見たりして、**スポーツを行う・見る・支える・調べる**ことを通して、スポーツのもつよさを体感しましょう。

