



校報 水糸者

No. 843

29年度・第16号

◇◇◇ 今年度の児童会スローガンは ◇◇◇

「えがお ~種小っ子 力を合わせて楽しくチャレンジ~」



4月26日(水)の第1回児童総会では、提案者の話し方も堂々としており、また質問や意見も多く出され、種市小をもっと良くしていきたいという思いが伝わってきた、良い児童総会でした。今回の児童総会で、今年度の児童会スローガンが『えがお ~種小っ子 力を合わせて楽しくチャレンジ~』と決まりました。学校公開研究会と学校創立140周年の節目ともなる、今年の種市小学校にふさわしいスローガンが決まり、児童会活動への意欲が一層高まった良い児童総会となりました。



意見や質問も多く出された、活発な総会になりました。質問席は長蛇の列になりました。子ども達の意欲を感じました。



初めての参加となった3年生は、メモを取りながら参加していました。



上手に進行してくれた議長さん



各委員長さんの提案や答弁から意欲と自覚を感じました



「種小をより良くするために行う総会です。しっかり考え、たくさん意見を出し合いましょう」とあいさつする逸見児童会長さん

前期児童会組織

役職	氏名(学年)	役職	氏名(学年)
児童会・会長	逸見大暉(6の1)	図書委員長	佐々木海星(6の1)
児童会・副会長	田毛咲羽(6の1)	体育委員長	竹高由彩(6の1)
〃	濱渡祥世(5の1)	放送委員長	大久保玲音(6の1)
児童会・書記	横山つかさ(6の1)	保健委員長	玉沢聖也(6の1)
〃	山田朝陽(5の1)	給食委員長	北山理人(6の1)
〃	八木沢実(5の1)	ボランティア委員長	浜平こなみ(6の1)
児童会・議長	蔵谷柊太(6の1)	昨年度までの、保健給食委員会が分離し、保健委員会と給食委員会が独立しました。	
〃	畠山大輝(5の1)		

足が速くなる秘訣って??

いよいよ5月。運動会練習も本格的に始まっていきます。
この時期、よく聞かれる2つの質問があります。

その1 「どうすれば速く走れるのですか？」

その2 「短距離走は持って生まれた『素質』が全てだから、
いくら練習しても足は速くなりませんよね？」



その2の質問について..

「持って生まれた素質（筋力やバランス、メンタル...）は確かに大事ですが、正しい練習の繰り返しで、十分にカバーできる。」といえます。

現在の日本女子陸上界をリードしてるのは、福島大学や岩手大学など、ひと昔前までは全くといっていいほど、全国大会では目立たない存在の大学なのです。

これらの大学からは、現在では日本記録を樹立した一流選手が次々と輩出されています。それは、正しい練習を繰り返しているからです。決して『素質』だけではないのです。

その1の質問について..

その2の質問にも共通しますが、「正しい練習を繰り返す事」に限ります。
では、「正しい練習」とはどんな練習なのでしょう？



その答えは、昨年度の校報752号（9/9発行）にも掲載していますので、HPでご覧になってください。

しかし、いくら「正しい練習」をしても効果が上がらない場合があります。それは、次の3つのことを行っていない時です。

- ① 休み時間など、外で元気に遊んでいる。
- ② 「早寝・早起き・朝ごはん」などの『規則正しい生活』を送っている。
- ③ 「正しい歩き方」をしている。

この3つを、普段から自然にやっていることが「速く走れるための、正しい練習」ができる前提となってきます。

昨年度のいわて国体に来た、オリンピックのリレーで『銀メダル』を獲得した、ケンブリッジ選手や山縣選手、飯塚選手、女子100、200mの日本記録保持者でもある、福島選手ら一流選手の選手の歩き方は、背筋がピンと伸び、真下に着地をする上下動のない

きれいな歩き方をしていました。その様な歩き方からは「ドシン、ドシン」という音は出てきません。普段必ず行う「歩く」動作だけでも意識するとかなり違って来るはずですが。

この3つがなくて、わずか2週間の運動会練習期間に急に練習をしても、筋肉痛に悩まされて運動会当日を迎えてしまうこととなりかねませんね。

もっとも、「速い・遅い」ことより、「最後までしっかりと走り切る」、「友にしっかり声援ができる」ことなどの方が、ずっと価値があることは言うまでもないことですが...

209人が主役となる、『創立140周年記念大運動会』を成功させるために、種小っ子達は、練習をしっかりと行っていきます。



本校では、今年度の各種集会活動の退場時に、正しい歩き方をさせています。