

風は南から

竹田南部中学校通信
校訓…「共感 創造」
発行責任者…志賀 哲哉



授業を大事に

十六日、三年生は私立高校特別奨学生・推薦入試に挑みました。学校を早朝六時過ぎに出発。緊張の中にも気合が漲ります。

今後、私立一般入試、そして県立一次入試へと挑みます。人生最初の大きな関門です。風邪等引かないように自己管理に留意し、ベストコンディションで試験に臨むことを願っています。



新春!! 百人一首大会

運動の日常化

入試問題の六十〜七十%は一・二年生の既習事項です。基礎がきちんとできていれば心配ありません。来年・再来年だから、とのんびり構えていないで、日頃の授業を大切にすることが勝利への道と云えるでしょう。

運動能力テストの半分以上の種目で全国平均を上回ることを目標とし、体育・部活動で基礎トレーニングを継続すること、自力登校の徹底、外遊びの推奨に取り組んできました。

男子は、全八種目中四種目が全国平均を上回りました(下表中の白抜き文字部分)。特に持久走、五十メートル走は突出しています。課題は長座体前屈(柔軟性)です。

女子は、全国平均を上回ることができませんでしたが、脚力・柔軟性の向上を図るだけでなく、日頃から運動に親しむ必要があります。



合同部活動で坂道ダッシュ

正しい筋トレ・ストレッチの指導を受け、取り組んできましたが体育・部活動だけで体力向上はありません。自力登校、外遊び等、日常運動が大切です。冬季は室内で過ごす生徒が増えますが、休み時間の過ごし方を含めて、日々の生活を見直し日常運動に励むことが大切です。

来期の中体連等での躍進を期して、部活動時間が短い一月中は、合同部活動を実施し、基礎体力づくりにも励みます。

* 持久走は、男子が一五〇〇秒、女子が一〇〇〇秒です。

		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	持久走	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅跳び	ハンドボール投げ	体力合計点
男子	南中	29.6kg	25.2回	39.7cm	53.0回	6'00"	80.3回	7秒66	186cm	19.2m	42.2点
	大分県	29.9kg	28.2回	45.0cm	53.8回	6'40"	87.4回	7秒92	199cm	22.1m	44.9点
	全国	28.9kg	27.4回	43.4cm	52.2回	6'33"	86.1回	7秒99	196cm	20.6m	42.3点
女子	南中	23.6kg	20.0回	40.3cm	45.1回	5'11"	51.5回	8秒91	153cm	11.5m	43.6点
	大分県	24.4kg	23.9回	47.8cm	48.5回	5'05"	60.0回	8秒77	172cm	13.8m	52.4点
	全国	23.9kg	23.9回	46.2cm	47.4回	4'47"	60.0回	8秒78	170cm	13.0m	50.6点