

志学中陸上部

令和6年度 1月21日

志学中学校

文責：上田康平

○ 新体制のスタート！

4月から9ヶ月間、日々の部活動や校外での練習に一生懸命取り組み、各種大会や記録会に挑戦してきました。その過程の中で、みなさんは多くの成長をしました。あいさつや返事を自分からする選手が増えました。お互いを応援し、活気ある部活動になりつつあります。きつい練習も最後まで乗り越えることができるようになりました。校外での練習や大会でも堂々と振る舞うことができるようになりました。準備や片付けを素早くできるようになりました。挙げるときりがありませんが、4月の自分が今の自分の姿を見ると本当に驚くと思います。現状に満足することなくさらなる成長を目指してみんなでがんばっていきましょう。

さて、新年のスタートに合わせて部活動も、新キャプテン・新副キャプテンが決定し、新体制でのスタートをしました。12月からローテーションで全員がキャプテンをする中でそれぞれの強みを発揮しながらキャプテンをがんばりました。これまでの臨時キャプテンでの取組や、部活動での取組から今年2025年のキャプテンは晃太さん、副キャプテンは藍子さんに決定しました。新たなリーダーを筆頭にこれからますます志学中陸上部がパワーアップしていけるようにチーム全員でがんばってほしいと思います。

○ キャプテン、副キャプテンとして。。。

キャプテン 晃太さん	キャプテンとして、運動会の組長をやったときのように、みんなにきちんと指示が伝わるように指示をしてリーダーシップを発揮し、みんなを引っ張っていきたいです。
副キャプテン 藍子さん	副キャプテンになって、今まで以上にみんなのことや自分のことを気にかけるようにして、周りに声をかけるようにしていきたいです。

あいことばは、

「みんなで県総体出場！！」

でがんばりましょう。

○ みんなでがんばるぞ！！

新体制のスタートにあたって、選手全員に①競技力アップのために②将来の自分のために③チーム全体のためにがんばろうと思っていることを聞いてみました。

晃太さん	① 100m12秒台をめざして、最後まで諦めずに粘り強く練習に取り組む。 ② 将来の自分のために、部活動のメニューを最後まで粘り強く取り組む。 ③ チーム力を高めるために、声かけをしたり掃除などを助けあったりする。
藍子さん	① リラックスして楽しく走ることができるように、必要な情報を集めて、練習で最後まで走りきるようにする。 ② 返事やあいさつをすることができるようになってきているので、社会人になったときに生かすことができるように継続してがんばる。 ③ お互い声を出し合ってすごくいい雰囲気できていいるからこのまま継続してがんばりたい。
結愛さん	① 自己ベストを更新できるように、フォームを意識してたくさん走って練習する。 ② その場の雰囲気をよくするために、あいさつを大きな声でする。 ③ みんなががんばることができるように、応援を自分からたくさんする。
柚珠羽さん	① 走高跳の目標は1m30cmだけどそれ以上に跳ぶことができるように、ポイントを意識して日々の練習に取り組み、家でもトレーニングをする。 ② きつい練習があったり、行きたくない日があったりしてもあきらめずにがんばる。 ③ 自分が練習をしていないときでもみんなを応援する。
侑樹さん	① B標準突破を目指して、ひざを上げることや足をかかとかから下ろすことなど普段言われていることを意識してがんばる。 ② 困ったときには人に聞くなど人との会話を意識して、コミュニケーション能力アップをめざす。 ③ みんなのやる気が出たり、タイムが速くなったりするように応援を頑張る。また、みんなと部活動がすばやくスタートできるように準備片づけを率先してやる。
珠徳さん	① 県総体までに走幅跳で5m85cmを跳ぶことができるように走力をつける。そのために、全力でやりきることや声出しをがんばる。 ② 朝からフルパワーを出すことができるように、朝ご飯をたべる。 ③ 自分から練習会に参加をして、みんなにすすめたり声かけをしたりする。
ちゅなさん	① 100m走で17秒を切れるように、いいフォームを意識して走る。 ② みんなが気持ちよくなるように、あいさつを自分からする力を伸ばす。 ③ 元気になるために応援の声を出す。