

令和6年度 第5号

令和6年9月2日(月)発行

学校教育目標:「ひと」とともに生きる生徒の育成



# 植竹中だより

学校 Web ページ



目指す生徒像:気づき力を高め「元気に登校」「笑顔で下校」 さいたま市立植竹中学校

〒331-0804 さいたま市北区土呂町352 TEL 048(663)2115 FAX 048(665)6377

## 得意なものを伸ばし

校長 上 続 昌 司

いよいよ2学期が始まりました。文化祭や合唱コンクールといった大きな行事等があります。一人ひとり新たな目標をもって取り組んでいきましょう。

さて、この夏休み中は多くの方がオリンピックを観たと思います。私も、いろんな競技の様々な活躍を目にし、多くの感動を得ることができました。4年に一度の大会だけに、それまで取り組んできた努力は計り知れないものであり、選手それぞれにドラマがあったと推測します。多くの競技の中で特に私が印象に残ったのは、陸上競技の「十種競技」でした。実は、私も中学から陸上競技をはじめ、高校、大学でも続けてきたので、より注目して観ていました。男子が十種競技で、女子は七種競技です。一人で2日間競技し、それぞれの種目の記録が点数化されているのでその合計点で順位を競います。

1日目、100mで始まり、走幅跳、砲丸投、走高跳、400mで終了。

2日目、110mハードル、円盤投、棒高跳、やり投、1500mで終了となります。

1日5種目を行うということは、種目と種目の間隔が1時間程度で、場合によっては30分くらいしか間が無く次の種目に挑むこともあり、大変厳しい日程で競技は進みます。

10種目、それぞれに競技の特性があり、ルールがあります。走幅跳は、3回の試技の中でベスト記録が得点となり、踏切版になるべくピッタリと足のつま先を合わせられるかがポイントとなります。ハードルにおいては、10台のハードルをリズムよく、なるべく低く飛び越えることが重要となります。10種目の練習を行うのですが、他の種目の選手よりも多くの時間がかかることと、いろんな体の部位に負担がかかります。日によっては、集中して3種目の練習を行う日があれば、1種目の練習だけで、1日が終わってしまうこともあります。日々、10種目それぞれのパフォーマンスを高めるための練習は過酷です。選手によって、得意な種目、苦手な種目が当然あります。短距離全般を得意とする選手、跳躍種目を得意とする選手等、十人十色といったところです。私が今回この種目に注目したのは、テレビのアナウンサーの言葉がきっかけでした。「得意種目をさらに伸ばし、苦手種目をどのように克服していくのかが、この種目の鍵となりますね」という言葉でした。普段の生活にも通じる言葉だなと感じながら、10種目の競技と向き合っている選手を見つめていました。好きなことや得意なことは、自ら進んで取り組むことは難しくはありませんが、苦手なことに積極的に取り組むのは、なかなか難しいものです。「苦手だから」と言って練習しなければ、当然記録が良くなることはありません。得意な種目ばかり練習していても、10種競技の記録は伸びてはいけません。人間だから、なるべく苦手なものに向き合いたくはありませんが、逃げてばかりではなく、しっかりと向き合い挑戦していくことが重要ですね。生徒の皆さんも、得意なものを伸ばし、苦手な課題をどのように克服していくのか、自分なりに考え工夫し、乗り越えていってほしいと思います。

最後になりますが、保護者の皆様、地域の皆様、2学期も本校の教育活動につきまして、ご理解、ご協力をいただきますよう、何卒よろしく申し上げます。