



二戸市立仁左平小学校 校報

桜が岡

二戸市仁左平
字下構 55 番地
TEL 23-7595
fax23-9190

実践目標
きりっとした子ども



第8号 令和7年9月18日

発行者 吉田 悟

自分の限界にチャレンジ! ~二戸地区陸上記録会~



夜半から朝方にかけて強い雨が降った17日。午前9時前には雨があがるという予報どおり次第に雨雲は抜けていき、二戸地区陸上記録会が無事開催されました。

夏休みが明けてすぐに、陸上の練習が始まりました。エントリー種目が決まり、日々先生方の指導の下、「最大のライバルは自分」という言葉を胸に記録を伸ばしてきました。大会前日には、仁左平の文字の入ったユニフォームを着た選手たちは体育館のステージに並び、一人ひとり意気込みを伝えました。下級生の力強い応援を受けたその表情からは、これまで頑張ってきた自信とやる気が伝わってきました。

大会当日は、3・4年生の大きな声援を受け、思う存分に力を発揮して、たくさんの選手が自己ベストを更新しました。力を出し切った選手たちの表情は、とても晴れやかでした。

陸上の練習と大会をふりかえって

男子共通走り幅跳び・4×100MR 6年 小野 楓真

リレーのバトンパスでは最初はどうもうまくいわずに焦っていたけど歩数を合わせたり、走り出す場所を変えたりしました。本番はバトンパスがうまくいき、とても嬉しかったです。

走り幅跳びでは、同じ種目の麻衣さんとお互いにアドバイスをしあいながらジャンプ力をあげました。また、滞空時間を伸ばす方法を YouTube で調べ、3種類ある中から自分に合った跳びかたを選んで練習すると記録が伸びました。

今回陸上の取組で、行動を素早くする力が身につきました。今後の生活でも行動を素早くすることは大切なことなので取り組んでいきたいです。



男子共通ジャベリックボール投げ・4×100MR 6年 小船 颯
去年は風邪をひいてしまい、リレーに出られませんでした。今年はみんなとリレーができて嬉しかったです。

下級生の応援からたくさんのパワーをもらいました。競技中にも応援の声が聞こえてきました。みんな声を張っていてすごいと思いました。僕も、ほかの人の競技中におなかから大きな声で応援しました。

ジャベリックボール投げでは、去年は肩を痛めていて悔しい思いをしましたが、今年は自己新記録を出すことができました。兄の記録を超えることができて嬉しかったです。

6年女子100M・4×100MR 6年 本堂 莉絢

100M の練習では、走る時の足の上げ方でミニハードルを使った練習をしました。大幅と小幅で走る練習をしてみて、自分には小幅が合っていることがわかり、意識して練習しました。

リレーでは、バトンパスの練習をたくさんしました。前の人を追い越すような気持ちでパスすることを意識しました。本番では、みんなのバトンがうまくつながり、ベストタイムよりも10秒も縮めることができました。

陸上で学んだこととつけた力をこれからの行事や中学校の生活でも生かしていきたいです。



