



燦さんらん 爛

仲間との絆を深める活動になりました。全校でプロジェクトアドベンチャーを体験

ゴールデンウィークも終わり、今週からまた学校が再開しました。新学期が始まって1ヶ月ほどが経ったタイミングでの連休でしたが、生徒の皆さんにとってはよい休養になったでしょうか？

さて、そんな連休の合間となった5月2日(火)に、全校でプロジェクトアドベンチャー（以下PA）体験を行いました。

PAは、元々はイギリス軍隊のサバイバル訓練が起源であり、アドベンチャー体験を通して自己と対峙し、仲間と協働し、信頼関係をつくりながら気付きを得ていく体験学習の手法だそうです。本校では、この活動を通して、学級・学年の絆を深め、集団生活の向上を図ることや、友達と適切に関わり、集団で課題を解決しようとする態度を養うことをねらいに毎年実施しています。



体育館で学年ごとに分かれて体験

今回は講師として、保呂羽山少年自然の家から指導班4名の皆さんにお越しいたごき、各学年の活動を支援していただきました。どの学年も講師の皆さんのリードで大変盛り上がり、みんな心から楽しんでいる様子でした。講師の方が「そろそろ休憩にしましょう」と言っても「休憩しなくて大丈夫なので、続けてください」という学年もあったほどです。



保呂羽山少年自然の家の皆さん

このPAで行われる活動は、ゲームのような楽しい活動ではありますが、どれも仲間と協力して成功させたり、相談し合って解決方法を導き出したりするというものでした。各学年とも、ただ「楽しかった」だけでなく、「友達と協力することが、楽しさにつながった」ことや「友達のよさを改めて知ることができた」といったことが、最後の振り返りで確認されていました。

新しい学年になって間もないこの時期のPAは、学級の絆づくりという点でも大変意義深いものであったと思います。各学年とも、今回のPAをきっかけに、ますます結束を強めてくれればと思っています。



1年生



2年生



3年生



各学年の活動スナップ

郡市陸上競技大会に向けて 陸上部始動!

5月16日(火)~17日(水)に県営陸上競技場で行われる「郡市陸上競技大会」に向け、本校も陸上部が発足し、練習を開始しました。



先日行われた大曲南中との交流記録会や、体育の時間での取組を参考に選ばれた選手が集められ、8日(月)から練習をスタートしました。初日は天候が優れなかったため、全て体育館で行いましたが、天候が回復した9日(火)からはグラウンドに練習場所を移し、各種目別練習も開始しています。

大会までの練習期間はわずかですが、選手の皆さんには、西中の代表として力を発揮できるよう精一杯練習に励んでほしいと思います。



今週から、陸上練習とは別に、全校で取り組む「体力づくり」がスタートしました。

本校では、持久力が伸び盛りとなる中学生の時期に、自ら体を鍛えることや走ることの楽しさを体験しながら、仲間とともに目標に向かう大切さを学ぶことや、自分で記録を管理することを通して、健康の保持増進について関心をもってほしいことなどから、日常的な活動としての「体力づくり」を行っています。



今年度の前半は、学校周辺の道路約1.5kmを走るトレーニングを10月末まで7回実施する予定になっています。なお、雨天時は、様々なエクササイズを順番に絶え間なく連続で行うサーキットトレーニングを行う予定です。



もうすぐゴール!

女子(上)と男子(下)のスタート
この活動を通して各自の記録と体力を向上させられるよう頑張ってください。

9日(火)に1回目のランニングを行いました。爽やかな晴天の下、みんな真剣に取り組む、全員が最後まで走り切ることができました。本校の学校教育目標にも「鍛える」という言葉がありますが、

先 鍛 錬 先 鍛 錬 先 鍛 錬 先 鍛 錬 先 鍛 錬
全校一丸となって鍛えます!
体力づくりも始まりました
第 一 年 級 第 二 年 級 第 三 年 級

おめでとう

大曲仙北青少年保護育成柔道大会

5月3日(水)に角館武道館で行われた「第58回大曲仙北青少年保護育成柔道大会」に、本校柔道部が出場しました。柔道は春季大会が行われませんので、この大会が今年度最初の対外試合となりました。

4校で戦われた団体戦では、本校は2年生3名だけでの出場だったこともあり、残念ながら全敗してしまいましたが、個人戦では、軽量級に出場した〇〇〇〇さん(2年)が準優勝に輝きました。他の2名の選手も、団体戦では1勝ずつ上げることができ、全員が勝利を味わうことができた有意義な大会になりました。

第58回大曲仙北青少年保護育成柔道大会

個人戦 男子軽量級(55kg以下) 準優勝 〇〇 〇〇さん(2年)



5月5日(金)にノースハンプトンゴルフクラブで行われた「第74回県民体育大会兼第24回秋田県ジュニアゴルフ選手権大会」に、本校の生徒2名が出場し、15~17歳男子部門に出場した〇〇〇〇さん(3年)が3位に、12~14歳男子部門に出場した〇〇〇〇さん(1年)が敢闘賞に輝きました。

秋田県ジュニアゴルフ選手権大会



東北総合体育大会や国民体育大会の代表選考会も兼ねている15~17歳部門で3位に入った〇〇さんは、6月14日(水)、15日(木)に岩手県の盛岡ハイランドカントリークラブで行われる「第50回東北総合体育大会ゴルフ競技(少年男子)」への出場権も手にしました。さらに頑張ってください。

第74回県民体育大会 兼 第24回秋田県ジュニアゴルフ選手権大会

15~17歳男子部門 第3位 〇〇 〇〇さん(3年) スコア:94(OUT44,IN50)
12~14歳男子部門 敢闘賞 〇〇 〇〇さん(1年) スコア:102(OUT52,IN50)