



盛岡市内一周継走大会で大健闘！

4月16日(日)、第76回盛岡市内一周継走大会が行われました。

中学校の部は男子97校、女子86校が参加し、本校からは男女それぞれ1チームが出場しました。小雨が降る肌寒い天候によりコンディショ的にはあまり良いとは言えませんが、**男子40位、女子46位**という大変立派な成績を収めました。

本校は、チームを組めず参加できない時期もありましたが、令和2年度から男女ともに出場を続けています。選手は、昨年からの練習を始め、修学旅行中も朝早く起きてトレーニングし、調整を重ねて来ました。本番では、これまでの練習の成果と襷をつなぐ強い意識をもって、**自分のベストに挑戦した走り**を見せてくれました。

長距離走は、他者との競い合いという側面はもちろんあるものの、教育的側面としては「自分との戦い」という部分に価値を見出し、指導することが少なくありません。その意味で、練習を重ねて来たメンバー全員が、「自分との戦い」に臨み頑張れたことは、とても大きな意味があると思います。後輩は、先輩の姿を見て育ちます。来年も是非、自分への挑戦を！

男子 40位 (1時間01分44秒)
女子 46位 (59分30秒)

男子走順	女子走順
①高橋新太(3)	①小山田智咲(3)
②平賀成龍(2)	②斎藤紗愛(3)
③畠山武瑠(3)	③三田もなみ(3)
④菊池伸吾(3)	④高橋景花(3)
⑤松下偉大(3)	*()内は学年です



【選手団全員で】競技を終えた選手の皆さん。晴れやかな表情です！



【壮行式】選手団をみんなで応援！



【応援旗】小原 楓さん(3年)作成の応援

朝の合同トレーニングはじまる！

4月19日(水)から、湯口中の三大ブランドの1つ「合同トレーニング」が始まりました。

校庭に集合し、リーダーの指示のもと、体操、5分間走の順で、トレーニングが行われます。キラリとしまった表情、うっすらと汗をかき整列する表情を見ていると、身体を調整する意味からもとてもよい内容だと思いますし、1時間目の授業に臨む姿勢づくりとして効果があるものと感じます。このトレーニングは、上記の先輩方のように、一周継走にもつながる取り組みであるとともに、朝の頭と体のリセットとしての効果もありそうです。**さすが、湯口中のブランド！**

