



学校だより

志高く

正しい判断力とたくましい実践力を
もった熊谷東中生を育む学校

発行 熊谷市立熊谷東中学校
電話 048(521)0066
FAX 048(521)8429
令和6年10月7日
第13号

部活動に関する校長先生からの3つの提案

校長 清水利浩



熊谷東中学校の周りの田んぼの稲穂が、黄金色に輝いています。校歌にもある「黄金の波が寄せてくる」風景を見ることができます。登下校時、ちょっと気にしてみてください。

新人戦の地区予選がおこなわれました。1, 2年生の運動部活動の大会です。見事、県大会出場を決めた部活動、おめでとう! 目標とする結果が伴わなかった部活動、でも全力でがんばりました。相手

のあることです。思うようには行かないものです。

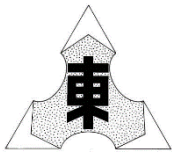
さて、1, 2年生のこれからの部活動に校長先生から3つの提案をします。もしかしたら、素晴らしい部活動になる、そして成果を挙げる秘訣となるかもしれません。1つ目、**時間を大切にすること**。2つ目、**用具を大切にすること**。3つ目、**声を出すこと**です。

1つ目の時間を大切にすることです。これからの季節、日が短くなります。だらだらしていたらすぐに時間が過ぎてしまいます。今日は何をするのか、集まった人から活動を開始できる計画を顧問の先生と立ててください。

2つ目の用具を大切にすることです。自分の使っている用具、部共有の用具、ボールや器具、グラウンドの整備も含めて大切にすることです。これは、自分の心も磨くという意味でぜひお願いします。

3つ目の声を出すことです。新人戦では、自分から声を出せなかったという人も多いのでは。私は、声には、3つの種類があると思います。①**仲間を励ます声**、②**集団を動かしたり、まとめたりするコーチングの声**、そして、③**自分を高める声**があります。3つの声は、自分の緊張をほぐし、プラスへと向かいます。ぜひ、声を出すことができる部活動を作ってください。

さあ、「何事もふだんが肝心です」。日々の活動を、市内トップの素晴らしい活動を! 県内トップのとびっきりの活動を目指そう!



がっちゅう
R6 東中の歩み



熊谷東中学校は、体力もきわめて高いレベルです。

R6 新体力テスト (3年女子)

(種目)	3年	県平均	県平均以上
握力 (kg)	26.69	25.57	○
上体起こし (回)	26.96	26.27	○
長座体前屈 (cm)	55.78	53.07	○
反復横跳び (点)	50.41	47.47	○
50m走 (秒)	8.24	8.64	○
立ち幅跳び (cm)	192.36	175.73	○
ハンドボール投げ (m)	16.02	14.64	○
持久走 (秒)	286.04	291.61	○

R6 新体力テスト (3年男子)

(種目)	3年	県平均	県平均以上
握力 (kg)	35.51	34.49	○
上体起こし (回)	31.72	30.75	○
長座体前屈 (cm)	54.02	52.19	○
反復横跳び (点)	58.57	54.71	○
50m走 (秒)	7.31	7.49	○
立ち幅跳び (cm)	228.25	216.06	○
ハンドボール投げ (m)	24.95	24.25	○
持久走 (秒)	381.75	377.98	○

R6 新体力テスト (2年女子)

(種目)	2年	県平均	県平均以上
握力 (kg)	24.03	24.06	
上体起こし (回)	24.89	24.71	○
長座体前屈 (cm)	55.10	50.25	○
反復横跳び (点)	48.28	46.58	○
50m走 (秒)	8.47	8.75	○
立ち幅跳び (cm)	181.36	172.42	○
ハンドボール投げ (m)	13.24	13.52	
持久走 (秒)	291.80	293.30	○

R6 新体力テスト (2年男子)

(種目)	2年	県平均	県平均以上
握力 (kg)	30.56	29.68	○
上体起こし (回)	29.18	28.25	○
長座体前屈 (cm)	58.24	48.09	○
反復横跳び (点)	55.68	51.89	○
50m走 (秒)	7.74	7.90	○
立ち幅跳び (cm)	215.21	201.91	○
ハンドボール投げ (m)	22.86	21.26	○
持久走 (秒)	393.67	393.24	○

R6 新体力テスト (1年女子)

(種目)	1年	県平均	県平均以上
握力 (kg)	22.92	21.58	○
上体起こし (回)	23.91	22.13	○
長座体前屈 (cm)	50.74	46.89	○
反復横跳び (点)	52.53	44.46	○
50m走 (秒)	8.64	9.07	○
立ち幅跳び (cm)	181.09	165.00	○
ハンドボール投げ (m)	13.00	11.62	○
持久走 (秒)	291.87	307.56	○

R6 新体力テスト (1年男子)

(種目)	1年	県平均	県平均以上
握力 (kg)	24.74	23.85	○
上体起こし (回)	25.65	24.76	○
長座体前屈 (cm)	48.68	43.10	○
反復横跳び (点)	58.25	48.05	○
50m走 (秒)	8.17	8.55	○
立ち幅跳び (cm)	194.27	182.81	○
ハンドボール投げ (m)	19.00	17.79	○
持久走 (秒)	419.09	426.36	○

48項目中44項目が県平均以上の結果となりました。(昨年度の37項目を大きく上回っています。) 今後も、保健体育の授業を中心に、さらに体力を高められるよう取り組んでいきます。