



クラブ訪問 195

自らで工夫して上を目指す

玉造中学校陸上競技部

私たち玉造中学校陸上競技部は、1年生11人、2年生17人、3年生12人で、火・金曜日の朝と放課後、土曜日に活動しています。練習場所は学校のグラウンドや、走り込みに最適な坂のある戸崎近隣公園です。基礎練習を中心に、短・中・長距離、幅跳び、高跳び、砲丸投げなど、種目ごとに分かれた練習を行っています。

部の方針は「自分で考えて動くこと」。決められた練習メニューに加え、自分が不足していると思う部分や、調子の良し悪しを考えながら練習するという、顧問の蝦原先生の教えです。大会前の調整などでは、部員はそれぞれ自分で練習の内容や量を決めます。しかし、時には何をしたら良いか分からなくなることもあります。そんな時は、部員同士でアドバイスをし合ったり、グループになって一緒に練習に取り組んだりしています。そうすることで、自分で考える力が付くだけでなく、部内に自然と連帯感が生まれ、部員同士の絆が深まります。

日々の練習以外にも、年に数回、ほかの中学校と合同で練習しています。他校の生徒を意識しながら行くと、普段より気合が入ります。また、他校の練習メニューを普段の練習に取り入れたりす

るなど、勉強になることも多いです。記録会の前などは緊張感を持って練習することができるので、貴重な機会だと思っています。

私たちの目標は、県大会に出場して入賞することです。6月に行われた印旛郡記録会では、2年男子100メートルの部で2人が参加標準記録を突破し、県大会への出場が決まりました。目標を達成するため、チーム一丸となって入賞を目指し頑張ります。



グループで走り込み



見事な跳躍



細根 琉生 部長 (3年生)

学年に関係なく仲が良いのが部の特長です。みんなで協力して、県大会入賞を目指します。

わくわくしてもらええるダンスを

cookie

私たち「cookie」は、毎月第2・4日曜日に、中央公民館でヒップホップダンスを楽しんでいるサークルです。就学前の子どもから小学4年生までの男子7人・女子17人で活動しています。みんなリズムに乗って体を動かすのが大好きです。

以前は、年齢別で練習時間が違いましたが、今は一緒に行っています。下級生は、お兄さんお姉さんの動きをまねて振り覚えたり、上級生はポジションを誘導してあげるために、周囲の子の位置まで覚えようとする意識が自然と身に付いたりするようになりました。

練習では、音楽のリズムに乗ってストレッチやバランストレーニングをしてから、首や肩・



みんなそろってポーズ

胸・足などの基本の動きを復習します。肩を動かさずに首だけを前後左右に動かすような動きは難しいですが、格好良いので上手になりたいです。

その後は、曲ご



音楽を聞くと自然と体が動き出すくらいダンスが大好き

とのグループに分かれてポジションの確認を重点的に行います。この時、振り付けがある程度できているように、先生の用意してくれたDVDを見ながら家でも練習します。メンバーは歌番組を見てダンスをするのが好きな人はかなりなので、見て体を動かして覚えるのは得意です。

ダンスで使う曲は、私たちのリクエストを取り入れて、先生がアレンジしてくれます。自分たちの好きな曲だと気分も高まって、より一層楽しんで取り組みます。90年代のヒット曲メドレーは、お父さんお母さんも喜んでくれるのでうれしいです。

いよいよ今月は成田ふるさとまつりでの発表。AKB48やEXILEの曲を踊ります。恥ずかしがらず、見ている人にもわくわくしてもらえるように笑顔で踊りたいです。

スクスクのびのび



かじがのりさ
梶ヶ野 李咲ちゃん(2歳) 田護台

わんぱく娘のりーちゃん。これから元気いっぱい大きくなってね!!

さとう ゆいと
佐藤 結斗くん(5カ月) 不動ヶ岡

ねんねだけじゃつまらない! 早く大きくなって、お兄ちゃんと遊びたいな。



ふじた ようすけ
藤田 陽介くん(3歳) 東和田

遊び盛り、食べ盛り、いたずら盛りのわが家のアイドルです。

このコーナーには市内在住で5歳までのお子さんの写真を掲載しています。

○応募方法 お子さんの写真に住所・氏名(ふりがな)・生年月日・親の名前・電話番号・30字程度のコメントを添えて広報課へ

○応募先 〒286-8585 花崎町760 成田市役所広報課

○問い合わせ 広報課 ☎20-1503

ひお寄せください。