GAMBA！

尾駮スポーツ少年団通信紙
第２４号
平成２１年　７月　８日発行
発行元：尾駮スポーツ少年団
さわやか育成団

第一回体力テスト終了！！

５月３０日（土）尾駮小学校体育館にて第一回体力テストが行われました。正式には『スポーツ少年団体力テスト運動適正テスト』と言い、人間の運動の基礎となる能力や、身体の動きを総合的に見ようとするもので、性、年齢を問わず、誰でも、いつでも、どこでもでき、一生を通じて継続して行え、出来るだけ少ないテスト項目により、運動の適正を科学的にとらえようとするテストです。実施種目は、①立幅とび　②上体起こし　③腕立伏臥腕屈伸　④時間往復走　⑤5 分間走　の 5 種目で、それぞれの項目ごとに判定を行うとともに、5 種目全てを実施し、それの総合判定を実施します。秋にも予定しておりますので今回参加出来なかった人はチャレンジしてみてはいかがでしょうか！

『H21 第 1 回　体力テスト』に参加して、日頃運動をあまりしていないので筋肉痛が出てしまい、ベッドから抜け出すのに 1 時間もかかってしまいました。こうならないように皆様は、日頃からトレーニングを怠らないようにしましょう。

（記事：石川雅）

笑顔あり涙ありの日清カップ

６月７日の日清カップには尾駮小学校でノロウィルスが流行中とのことで尾駮小学校在籍の団員は参加することが出来ませんでした。大会に向けて一生懸命頑張っていたので、とても残念です。

その中、参加出来なかった団員の思いを一身に受け赤石晃州君が４年男子 100m で一位入賞！！
６月２８日での県大会では一位と 0.04 秒およびませんでしたが３位という好成績をおさめました。

おめでとう！晃州君！（記事：坂本）

大会に向けて陸上の練習を頑張って楽しみにしていましたが、出られないことを聞いて、ものすごく残念でした。次の大会では日清カップで出せなかった力を、思いっきり振り絞りたいです。

（坂本　真琉）

全国スポーツ少年団研究者大会に参加して

「子どもの活動環境」

（全国スポーツ少年団研究者大会より）

６月２１日（日）全国スポーツ少年団研究者大会が東京でありました。全国から３８９名の参加があり特別講演と自分の希望する分科学会でお話を聞きました。

その中で「私達、大人（育成団）がプレイリーダー（案内人・ガキ大将）となって子供達の興味・関心に合わせて子供中心主義の運動を案内していく事が総合的な人間発達の為のきっかけを作る事が出来る。」という事に感銘を受けてきました。

他のスポーツ少年団からも、いかに親を取り込むことが出来るか、参加してもらえるか等の意見がありました。

（記事：石川澄）

＝お知らせ＝

- **これからの季節、蒸し暑かったり肌寒かったりします。衣服の着脱で調整出来るような格好での参加をお願いします。**
- **熱中症対策として、水ではなくスポーツドリンクを持ってきて下さい。（スポーツドリンクについては７月の献立表や食Ｎｅｗｓを確認して下さい）**
- **健康管理として、手洗いうがいの徹底と早寝早起きなどの規則正しい生活、好き嫌いなく食べる事などを心がけましょう。**

【こどもの目、おとなの目】

「指導者・保護者・子どもにできること」　（スポーツジャスト２月号の掲載から）

子どもの問題に対処するには大人の連携が必要です。なお、指導者、保護者（育成母集団）、そして子ども達自身の自覚と心がけも欠くことができません。今回は、「孤立化・嫌がらせ・いじめ」を防ぐための５か条を紹介します。（みんなができるといいですね。）

【指導者編】
１．子ども達一人ひとりの考え方と行動を見守る。
２．子どもや保護者と積極的にコミュニケーションをとり、どんなことでも話せる信頼関係を築く。
３．子どものやる気と体力・運動能力を向上させるプログラムを考える。
４．子どもが間違ったことをしたときはきちんと叱る。
５．子どもの様子がおかしいときは、すぐに保護者に報告する。

【保護者編】
１．「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣づける。
２．できるだけ家族団らんの機会を増やし、子どもとたくさん話す。
３．テレビゲームやインターネット等は時間を決めてやらせる。
４．子どもが家に帰ってきたら、その日にあったことを毎日聞く。
５．できるだけ団の練習の見学や試合の応援に行く。

【子ども編】
１．大きな声で挨拶する。
２．自分のことは自分でやる。
３．相手の気持ちを考えて行動する。
４．話すときは「何を・なぜ・どのようにやるか」を入れる。
５．困ったときは一人で悩まず、周りの友だちや大人に相談する。

＝大会報告＝

☆　第４０回　上北地区中学校　春季陸上競技大会
５月２日（土）六戸町運動公園陸上競技場

谷地　大輝　　男子　３年１００ｍ　１３秒１７
２００ｍ　２６秒９
能登　杏奈　　女子　３年１００ｍ　１４秒１　４位
共通２００ｍ　２９秒８　４位
木村　美紗妃　　女子共通　走幅跳　３ｍ８３
川原　莉穂　　女子共通　砲丸投　８ｍ６３　６位

☆　第５９回　北奥羽中学校対抗　陸上競技選手権大会
５月３１日（日）　八戸市東運動公園陸上競技場

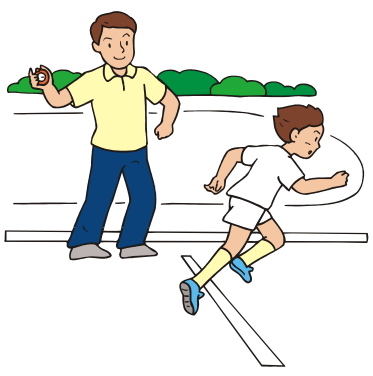
谷地　大輝　　男子　１００ｍ　１２秒７８
２００ｍ　２６秒３９
能登　杏奈　　女子共通　２００ｍ　２８秒２６　６位
木村　美紗妃　　女子共通　走幅跳　３ｍ９５
川原　莉穂　　女子共通　砲丸投　８ｍ７３　７位

☆　第６０回　上北地方中学校体育大会　夏季大会（中体連）
６月２０日・２１日　（土・日）東北町北総合運動公園陸上競技場

川村　拓光　　男子共通　走幅跳　３ｍ７６
谷地　大輝　　男子　３年１００ｍ　１２秒２２　４位
能登　杏奈　　女子共通　２００ｍ　２７秒９５　３位　県大会出場
木村　美紗妃　女子共通　走幅跳　４ｍ２９　５位
川原　莉穂　　女子共通　砲丸投　１０ｍ１２　２位　県大会出場

☆　日清食品カップ　第２５回全国小学生陸上競技交流大会
青森県選手選考会上十三地区予選会
６月７日（日）六ヶ所村大石総合運動公園陸上競技場

赤石　晃州　　男子４年１００ｍ　１５秒７　１位　県大会出場



☆　日清食品カップ　第２５回全国小学生陸上競技交流大会
青森県選手選考会
６月２８日（日）青森県総合運動公園陸上競技場

赤石　晃州　　男子４年１００ｍ　１５秒２８　３位