

# 陸上部通信 6月号

大阪市立梅南中学校 陸上競技部

6月に入り梅雨時期となりました。雨の日はグラウンドで練習ができず、階段や校舎での練習になります。それぞれの練習メニューの目的を、しっかりと分かったうえで練習するようにしましょう。

また先週の土日に春季総体がありました！体調不良や家の用事で、欠席者がいたのが少し残念です。試合に出場した人は、ベストが出た人もなかなかいい結果が残せなかった人も、何か感じることはあったと思います。次の試合でその反省を活かせるようにしてください。

審判しながら見ていて、応援態度が気になりました。人数が少ないからこそ、自分以外の仲間の出場する時間、もっと言えば組やレーンも把握できるはずですよ。いつも一緒に練習している仲間です。幅なら踏切を見てあげるだけで選手は助かるはずですよ。荷物番は必ず1人必要ですが、それ以外の人はスタンドの前までいく、大きな声で応援する、当たり前のことですよ。全員ができるようにしてください。また気付いた人は注意できるようにしてください。



## 今後の試合予定

- ・6月10日（土） 第4回記録会（長居）
- ・7月27,28日（木,金） 大阪市ブロック陸上大会（長居）  
→3年生はこの試合が引退試合です。

## 今週は体育大会！！

いよいよ今週金曜日に、第46回体育大会が行われます☆  
各クラスや学年で大縄や綱引き、自分の種目練習等していると思います。  
率先して声を出し、しっかりと頑張ってください！！

またクラブ対抗リレーでは、去年まで男女別で計2チーム出場していましたが、今年は男女混合の1チームのみです。ちなみに先生がこの学校に来てからは、陸上部の優勝しか見ていません。プレッシャーをかけるようですが…(笑)ぜひ優勝してください！！



綱引き

## 予行練習の様子です☆



大縄跳び