



並木中等story

令和2年12月8日号

自分のペースで・・・！

皆さんはこれまでに、どれだけ長く走ったことがありますか。フルマラソンに参加した経験がある人もいるでしょう。100kmマラソンに出たという人もいるでしょう。体育学部の准教授から聞いた話ですが、一番長く走れるのは、自分のペースの時だそうです。他の人のペースになると疲労が増すと聞きました。特に、競った後の疲労は大きいそうです。

このことは運動だけではなく、学習面でも言えそうです。自分のペースで勉強すると

はかどるという結果ができています。しかし、その自分のペースができていないといけません。勉強の習慣、勉強のルーティンワークができている人は問題なしです。それを少しずつ増やしていけるともっと良いですね。成果は一日や二日では出るものではありません。長期戦です。日々の積み重ねが結果となります。自分のペースを大切にしてください。



祝 《筑波大学主催「科学の芽」学校奨励賞受賞》

筑波大学が主催している「科学の芽」賞で学校奨励賞を受賞しました。

個人賞としても中学生部門「科学の芽」賞に大久保さん、奨励賞に服部さん、三浦さんと沈さんのペア、努力賞に4名が入賞しました。おめでとうございます。