

KKK 通信 Vol.11

発行:開志国際高校
日付:2019年9月27日



スポーツフェスティバル!

9月13日(金)晴天の中、第5回スポーツフェスティバルを開催!

6チームが優勝目指して白熱した闘いを繰り広げていました。

毎年盛り上がるスポフェス、今年も思い出がたくさんできました(#^^#)

そんなイベントの様子を写真で一挙ご紹介します!!

学校ブログや SNS でも公開しているのでそちらもチェックしてくださいね♪



Photo Gallery



#選手宣誓!!

正々堂々、戦い抜く
ことを誓います!

#部活対抗リレー



#騎馬戦



あの騎馬狙うよ!

#棒取り合戦



#障害物競走



粉の中から
チョコ探し!



生徒会メンバー

▼イベントの企画から、当日の運営まで頑張りました♪

★ 優勝は紫チーム ★





9月は放課後・総合学習の時間を使って学びを深めました。
 アスリートサポート講習会では、正しい「水分補給」の仕方について学びました。
 開志塾では、アルビレックスBCの社長から夢を叶える秘訣を教えて頂きました。どちらも生徒にとって身近な内容であり、たくさんの方の知識を身に付けることができましたよ！

9/3(火)アスリートサポート講習会

テーマ：上手な水分補給のしかた



【水分補給でパフォーマンスを向上させる！】

アスリートサポート講習会では、身体の自己管理能力を向上させるために役立つ知識を学びます。
 今回は、大塚製薬の方にお話をいただきました。
 運動する時の上手な水分補給がパフォーマンスを向上させるとのこと！
 アスリートにとって水分補給は密接に関わることなので、生徒たちは興味深く聞いていました。

▼ POINT

- ①ナトリウム(濃度は100mlあたり40-80mg)を取り入れる
- ②のどが渇く前からこまめに補給！
- ③体重が減らないくらい飲む

開志塾の講師は
 アルビレックスBCの池田社長！

9/19(木)第3回 南志塾

【夢をカタチにする秘訣とは？】

第3回目を迎えた開志塾。野球のBCリーグに属する『アルビレックスBC』の池田社長が夢を叶えるために自身が大切にされていることをお話しされ、部活や勉強に励む生徒たちへエールを送って下さいました。
 また、チームから続々とプロ選手(NPB)を輩出していることについて、新潟市にある球場「HARD OFF ECO スタジアム」の存在が、選手たちが夢を実現させている自分をイメージしやすくしていると仰っていました。

講演の後は恒例のディスカッションタイム！
 普段から目標を持って生活している生徒たちは、発問に沿って意見や夢の共有をしました。
 開志塾の回数を重ねるたび、このディスカッションが活発になってきています(^_^)

テーマ：大きな夢を叶えよう！



【お知らせ】
 10月27日(日)
 紅虎祭

紅虎祭(学園祭)開催します！

- ◆日時：10月27日(日)
- ◆場所：開志国際高校
- ◆内容：模擬店、芸術作品展示など
 沢山のイベントを用意しています！
 ぜひご来校ください♪♪

【お問い合わせ】

〒959-2637 新潟県胎内市長橋上 439-1

TEL : 0254-44-3330 FAX : 0254-44-6663 MAIL : info@kaishi-kokusai.ed.jp