



令和6年度

# 第78回 運動会

日 時 6月1日(土) 8:45~15:15

※ 競技の進行状況や熱中症対策で、時間が前後する場合がございます。  
ご了承ください。

※ 雨天延期 6月4日(火) 同時間帯

場 所 中野区立第七中学校 校庭

入退場の場所にあるのぼり旗は、昨年度の卒業生が製作したものです。校章の炎と羽をモチーフにデザインされました。情熱の炎とその勢いにのった鳥が、本校の校庭で全力を出して競技に臨み、最後に校庭を去るときには、えんじ色の一つの鳥になり、絆を深めるというストーリーを描いています。

生徒たちは日頃の授業での成果を発揮するために、限られた時間のなかで懸命に練習をしてきました。そして、日々の練習のための準備や当日の運営も生徒自身の手で行っていることをご理解いただけると幸いです。

運動会当日のために皆で準備をして、完全燃焼し全力出し切れる七中生の姿をご覧いただき、ご声援を賜りますようお願いいたします。

保護者の皆様には運動会に向けてのお子様の健康管理に、また地域やPTAの皆様には準備の段階からご協力をいただきました。ありがとうございました。

令和6年6月1日

中野区立第七中学校長 上村 諭

令和6年度  
第78回 運動会プログラム

☆学級色

A組 赤	B組 青	C組 黄	D組 桃
------	------	------	------

☆タイムスケジュール

〈午前の部〉 8：45～12：20

開会式(8：45～9：05)

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1 開会式ファンファーレ | 5 PTA 会長あいさつ |
| 2 生徒入場       | 6 副実行委員長のことば |
| 3 開会のことば     | 7 競技上の注意     |
| 4 校長先生の話     | 8 選手宣誓       |

- |                        |             |
|------------------------|-------------|
| ① 準備運動                 | 9：05～ 9：10  |
| ② 100m走 (全学年女子)        | 9：20～ 9：35  |
| ③ 目隠し障害物競走 (全学年男子)     | 9：35～ 9：55  |
| ④ 1000m走 (1・D、2・3年生女子) | 9：55～10：10  |
| ⑤ 1500m走 (1・D、2・3年生男子) | 10：10～10：25 |
| ⑥ 100m走 (全学年男子)        | 10：25～10：40 |
| ⑦ 目隠し障害物競走 (全学年女子)     | 10：40～11：00 |
| ⑧ 1年・D組全員リレー(1年生・D組)   | 11：00～11：15 |
| ⑨ 3年全員リレー (3年生)        | 11：15～11：30 |
| ⑩ 2年・D組大縄とび (2年生・D組)   | 11：30～11：45 |
| ⑪ 縦割り対抗スウェーデンリレー       | 11：45～11：55 |
| ⑫ 3学年演技種目 (3年生・D組3年)   | 11：55～12：20 |

昼食・休憩 . . . . . 12：20～13：10

〈午後の部〉 13:10～15:10

⑬ 運動会実行委員会種目	13:10～13:35
⑭ 1年X人Y脚 (1年生)	13:35～13:50
⑮ 2年全員リレー (2年生)	13:50～14:05
⑯ 3年学級対抗リレー (女、男)	14:05～14:15
⑰ 1年・D組学級対抗リレー (女、男)	14:15～14:25
⑱ 2年学級対抗リレー (女、男)	14:25～14:35
⑲ 3年大ムカデ (3年生)	14:35～14:55
⑳ 整理運動	14:55～15:00

閉会式(15:00～15:15)

- |        |             |
|--------|-------------|
| 1 成績発表 | 4 校歌斉唱      |
| 2 表彰   | 5 実行委員長のことば |
| 3 校長講評 |             |

※時間は目安になります。進行状況によって時間が前後することがあります。ご了承ください。

※天候や進行状況により時間が変更となる場合があります。

※降雨など太鼓が濡れる状況になった場合は3学年演技種目は中止します。

その場合は後日実施する予定です。(詳細は SumaMachi、学校 HP でお知らせします)

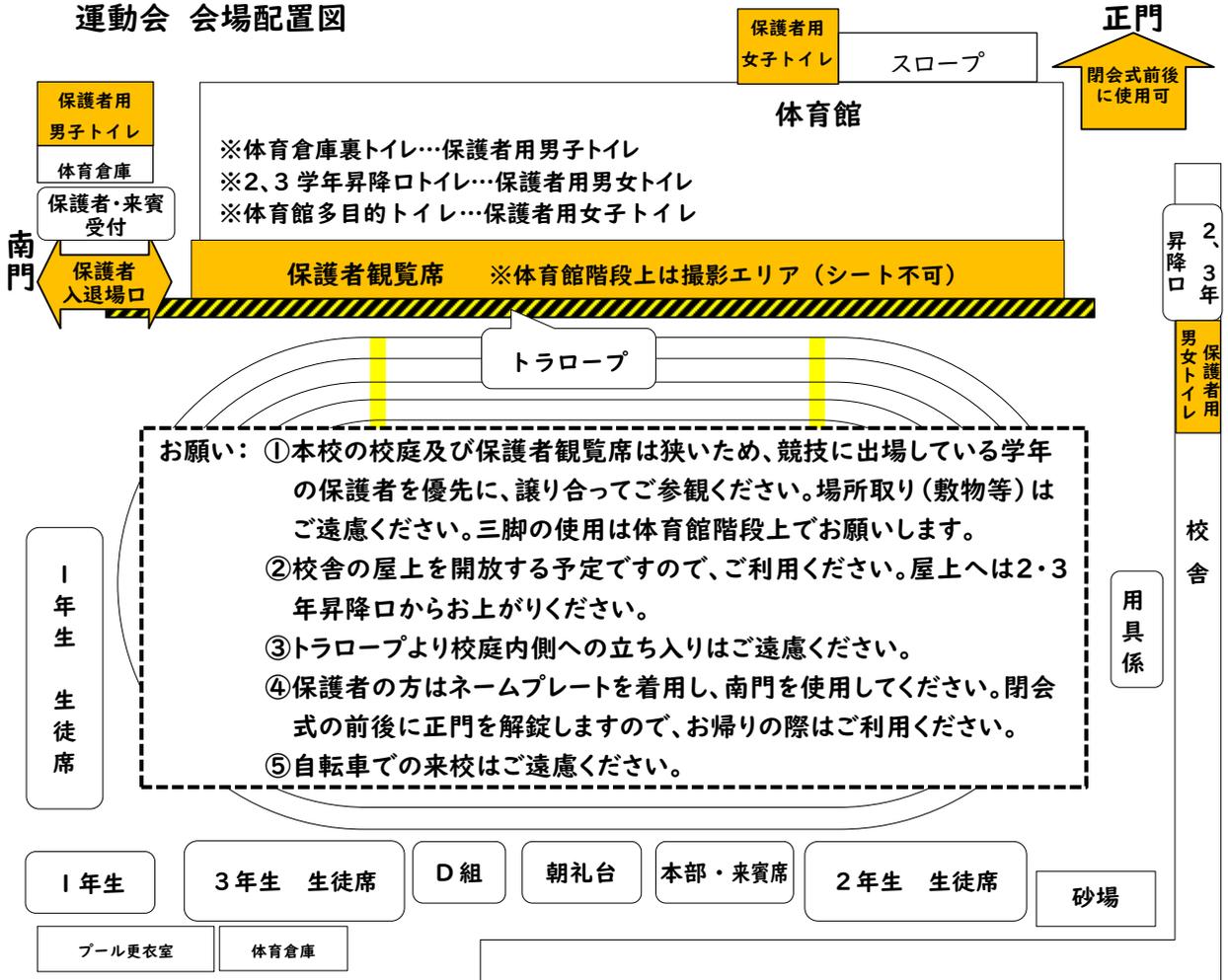
☆得点

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位
100m走	10点	8点	6点						
目隠し障害	10点	8点	6点						
長距離走	24点	22点	20点	18点	16点	14点	12点	10点	8点
スウェーデンリレー	40点	30点	20点						
学級対抗リレー	40点	30点	20点	10点					
全員リレー	60点	45点	30点	15点					
学年種目	60点	45点	30点	15点					

※失格の場合は最下位の点数の半分の得点とする(小数点以下切り捨て)。

その際、違反をしていないクラスの順位は繰り上がる。

# 運動会 会場配置図



## 校歌「わかば わかき」

作詞 村松 アサ

作曲 折田 泉

一 わかば わかき われら  
 ここに集いて  
 ぐんぐん育たん  
 それぞれの  
 尊きちから はぐくみて  
 おしのける気持ちしりぞけ  
 おつみあい 敬いあいて  
 とともに きたえん  
 友よ 今日あしたも

二 わかば わかき われら  
 こころをひらき  
 にこにこ伸びん  
 天地の  
 正気をうけて はりきって  
 楽しさも苦労もともに  
 かたりあい まろびあいて  
 つとめて学ばん  
 友よ たゆまずうまず