

## 陸上部 活動計画

顧問	入交 太郎・本村 賢二
キャプテン	齋藤 生希
1 年	3 名
2 年	6 名
3 年	2 名

### 1 目標

- ・生徒が生涯にわたってスポーツに親しみ、社会の中でより良く豊かに生きるための資質や能力を育むことを目標とする。したがって、体力や技能の向上を目指すことのみ偏ることなく、適切な指導や支援によって、仲間と協力したり、切磋琢磨したり、生徒一人一人が充実感や達成感を味わうことができるようにする。

### 2 活動方針

- ・上板町教育委員会が策定した「部活動の在り方に関する方針」に沿った活動を行う。
- ・陸上部の特性を踏まえ、合理的で効率的な活動を工夫する。
- ・各自が自分の設定した自己ベスト記録の更新達成のため努力を重ねる。
- ・けが等の発生防止に努めるとともに、生徒の過重負担にならないように配慮する。

### 3 1週間の活動計画（練習の有無と場所）

曜日	月	火	水	木	金	土	日
有無	○	○	×	○	○	○	×
場所	運動場	運動場	—	運動場	運動場	吉野町民 グラウンド	—

### 4 年間計画

月	活動内容
4月	徳島陸上競技春季カーニバル
5月	徳島県選手権 第1回強化記録会 県中学記録会・混成競技会
6月	県中学陸上
7月	中学通信陸上 第2回強化記録会
8月	ジュニアオリンピック陸上競技大会県選手 選考会
9月	県中学校都市対抗陸上競技大会

月	活動内容
10月	県中学校新人陸上競技大会 徳島陸上競技秋季カーニバル
11月	県中駅伝競走大会
12月	
1月	
2月	県中学校新人駅伝競走大会
3月	第3回強化記録会

### 5 部費（自己負担額）等について

- ・徴収していない

### 6 その他（部で特別に決めた取り決め等）

- ・大きな声で挨拶をする。
- ・試合中や練習中のマナーを守る。
- ・声をしっかり出して全体の雰囲気盛り上げる。
- ・陸上ノートを各自記録し、日々の活動内容をふり返り、自己の向上に努める。