

令和2年度 陸上競技 部の指導方針等と実績について

1 指導体制

顧問氏名		外部指導員氏名	資格等や経験
主顧問	宮崎 久		
副顧問	鶴岡 瞳		
副顧問	加瀬 あづみ		
副顧問			

2 年間目標

(1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像	高レベルな文武両道を目指す。
(2) 競技大会、コンクール、研究発表等の具体的到達目標	全国大会出場。
(3) 地域貢献等の特色ある目標	競技会運営ボランティアなど積極的に参加する。

3 指導方針

(1) 技術や技能, 体力の向上	冬季練習でのサーキットトレーニング、動きづくりを重視した種目の特性に応じた技術練習の反復を行い、競技力向上を目指す。
(2) 公式戦や発表会への積極的な参加	年間計画参照
(3) 他校との合同練習、練習試合、校外活動の設定	川崎市等々力競技場を使用した練習を、年間を通して行う。
(4) 部加入率の維持、増加	各学年5～6名の部員で維持をしている。

4 指導内容・方法

(1) 体罰・暴言等のない指導	人間教育を最優先し、信頼関係を築いた上で指導を行う。
(2) 生徒間の暴力禁止	日ごろから生徒の様子に注意し、部員とのコミュニケーションを重視する。
(3) 外部指導員の活用	なし
(4) 事故防止・安全配慮	熱中症を防ぐため、こまめに休憩をとる。投擲種目等事故の恐れのある種目は、声出し等安全確認の励行。

5 主な年間計画

	月	内 容
1 学 期	4	
	5	
	6	仮入部 活動開始
	7	
	8	第1支部夏季競技会
2 学 期	9	東京都高等学校陸上競技新人大会第1支部予選会 東京都高等学校新人陸上競技大会
	10	関東選抜新人陸上競技大会
	11	高体連第1支部秋季競技会 冬季トレーニング期間
	12	
3 学 期	1	冬季トレーニング期間
	2	
	3	

6 活動日・活動場所

曜日	月	火	水	木	金	土	日
活動 場所	校庭	校庭	校庭		校庭	校庭・ 競技場	

7 公式戦・大会等の実績（令和元年度）

各競技会や支部予選会, 支部新人大会などに参加をしている。