

【活動計画】〔陸上競技〕部

◇ 年間目標

- (1) 課題を発見し、合理的、計画的な解決できような資質や能力を身に付ける。
- (2) 主体的に取り組み、達成感がある部活動にする。
- (3) ルールやマナーを守る。
- (4) 関東大会に出場する。

◇ 部員数 11名

	男子	女子	合計
1年	2	1	3
2年	2	3	5
3年	3	0	3
合計	7	4	11

◇ 顧問・部活動指導員

顧問	2名
外部指導員	1名

◇ 活動日と活動場所

【活動日】 週 5 日
【休養日】 毎週 木曜日 と 日曜日
【活動時間】
 (平日) 15:50～16:50 (延長届けにより18:30まで)
 (週休日等) 8:30～12:30または12:30～16:30 (準備・片付けなどを含む)
 * 休養日・活動時間は大会・大会前などは変更有(長期休業中などに振替えて休養)
【主な活動場所】 国立看護大学校等

◇ 大会等の主な記録

令和4年度	令和5年度	令和6年度
都高校総体 出場	都新人大会 出場	都高校総体 男子やり投 第4位

◇ 今年度の参加予定大会

- 高校総体東京都大会 (5月)
- 高校総体関東大会 (6月)
- 新人大会東京都大会 (8月)
- 新人大会関東大会 (10月)

◇ 年間(月別)活動計画

4月	5月	6月	7月	8月	9月
(週休日の活動日数) 5日	(週休日の活動日数) 6日	(週休日の活動日数) 5日	(週休日の活動日数) 6日	(週休日の活動日数) 6日	(週休日の活動日数) 6日
(平日の活動日数) 19日	(平日の活動日数) 13日	(平日の活動日数) 16日	(平日の活動日数) 14日	(平日の活動日数) 11日	【平日の活動日数】 14日
体づくり 春季大会・ 支部予選会に 向けた練習	都大会・関東大会 に向けた練習	関東大会 に向けた練習	体づくり 鍛錬期間	夏合宿 鍛錬期間	新人大会 に向けた練習
10月	11月	12月	1月	2月	3月
(週休日の活動日数) 4日	(週休日の活動日数) 8日	(週休日の活動日数) 4日	(週休日の活動日数) 3日	(週休日の活動日数) 4日	(週休日の活動日数) 5日
(平日の活動日数) 7日	(平日の活動日数) 11日	(平日の活動日数) 12日	(平日の活動日数) 12日	(平日の活動日数) 11日	(平日の活動日数) 11日
関東新人 秋季大会 に向けた練習	オフシーズン期 ミーティング 今シーズンの反省	冬季練習	冬季練習	冬季練習	春季大会 支部予選 に向けた練習

