

(様式)

令和8年度陸上競技部の指導方針等について

令和8年4月24日

1 指導体制

顧問教諭氏名		外部指導員氏名	資格等や経験	頻度
主顧問	佐々木 大貴	磯辺 隆之	部活動指導員	週4回
副顧問	謡口 知子			
副顧問				

2 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。

3 指導方針

- (1) 文武両道はもとより、生徒が主体的に取り組めるよう指導する。
- (2) コミュニケーション能力、仲間との協調性を高め、規律・教養のある生徒を育成する。
- (3) 活動日数は、平日4日(月・火・水・金・土)休日1日を基本とする。

4 指導内容・方法

- (1) 体罰・暴言等のない指導
体罰、暴力的指導や行き過ぎた指導のない部活動を展開していく。顧問、生徒、保護者で、体罰・暴言等のない指導について共通理解を図る。
- (2) 生徒間の暴力禁止
学年関係なく、選手同士の間での暴力、また言葉の暴力を未然に防ぐため、生徒と顧問間のコミュニケーションを日頃から密にとる。SNSの利用についてもミーティング等で指導し、いじめの要因とならないよう、徹底させる。
- (3) 外部指導員の活用
前顧問でもあり、学校行事、教育活動のみならず、生徒についても把握している。技術指導をはじめ、合宿時の生徒引率をお願いしサポートしてもらう。
- (4) 事故防止・安全配慮
生徒の心身の発育・発達や体力・技術等を適切に把握して活動計画を立てる。投てき種目については、練習時に投てきエリアを設け、他の生徒や一般人が立ち入りできないように隔離したうえで、投てき前には発声で周りに周知する。投てき練習時には必ず顧問が立ち会い、環境整備し練習を許可する。天候については、注意報等を確認し、雷の音が聞こえた際は、直ちに練習をやめ、屋内に移動する。気温についても、WBGT等を参考に、実施場所や練習時間を考慮し、練習中止の判断もする。
短距離・中長距離の練習においても、走行方向を一方にし、逆走を防ぐ。

5 主な年間計画

学 期	月	内 容
1 学期	4	2 日 (木)・3 日 (金) 春季競技会 (上柚木公園陸上競技場)
		18 日 (土)・19 日 (日) 都高校総体支部予選 (上柚木公園陸上競技場)
	5	9 日 (土)・16 日 (土) 東京都高校総体 (駒沢オリンピック公園陸上競技場)
	6	6 日 (土)・7 日 (日) 学年別大会 (上柚木公園陸上競技場)
	12 日 (土)～ 関東高校総体 (茨城県)	
2 学期	7	11 日 (土)・12 日 (日) 都高校選抜大会 (駒沢オリンピック公園陸上競技場)
		30 日 (木)～ 全国高校総合体育大会 【インターハイ (滋賀)】
	8	1 日 (土)～4 日 (火) 夏合宿 (長野県菅平)
		12 日 (水)～14 日 (金) 夏季競技会 (上柚木公園陸上競技場)
		28 日 (金)～30 日 (日) 新人大会支部予選 (上柚木公園陸上競技場)
	9	21 日 (月)～23 日 (水) 都新人大会 (駒沢オリンピック公園陸上競技場)
10	10 日 (土)～12 日 (月) 秋季競技会 (上柚木公園陸上競技場)	
3 学期	1 2 3	冬季練習～春季大会に向けた練習