別紙　【活動計画**】〔　　　陸上競技　　　〕（部・同好会・研究会）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **◇　年間目標** | | | | | | | | | |
| 「応援される人となれ」　人間力の涵養と競技力の向上 | | | | | | | | | |
| **◇　部員数** | | | | | | | **◇　顧問名・部活動指導員名** | | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  | 男子 | 女子 | 合計 | | １年 | ４ | ２ | ６ | | ２年 | ３ | ３ | ６ | | ３年 | ３ | ３ | ６ | | ４年 |  |  |  | | 合計 | １０ | ８ | １８ | | | | | | | | 藤井信弘 | | |
| 酒井葉月 | | |
| 村上正樹 | | |
| 椛山　祐輔（指導員） | | |
|  | | |
|  | | |
| **◇　活動日と活動場所** | | | | | | | | | | |
| 【活動日】　　　週５日  【休養日】　　　毎週木曜日・日曜日（シーズン中は日曜の活動あり）  【活動時間】 | | | | | | | | | | |
| （平日）  （週休日等）  【活動場所】 | | ２時間程度  ３時間程度  校内、稲城陸上競技場、上柚木公園陸上競技場、府中陸上競技場他 | | | | | | | | |
| **◇　大会等の主な記録** | | | | | | | **◇　今年度の参加予定大会** | | | |
| 平成２８年度 | | | 平成２９年度 | | 平成３０年度 | | 総体都大会（５月）・選抜都大会（７月）  新人都大会（９月）・都駅伝（11月）  新春駅伝（1月）・八王子駅伝（2月）  青梅マラソン（2月）他・伊那駅伝（3月） | | | |
| 関東高校新人出場  都駅伝男子9位  女子10位 | | | インターハイ出場  都駅伝男子９位  女子８位 | | 都駅伝男子２０位  女子９位 | |
| **◇　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）  ９日 | （週休日の活動日数）  ６日  (１１日連続休養) | | | （週休日の活動日数）  ６日  （１０日連続休養） | | （週休日の活動日数）  ４日  (２日＋2日連続休養) | | （週休日の活動日数）  ５日  (２日連続休養) | （週休日の活動日数）  ８日 |
| 春季競技会  総体支部予選 | 総体都大会  大学競技会 | | | 学年別大会  総体関東大会 | | 選抜都大会  夏季合宿 | | 多摩選手権大会 | 新人支部予選  新人都大会 |
| １０月 | １１月 | | | １２月 | | １月 | | ２月 | ３月 |
| （週休日の活動日数）  ５日  (１１日連続休養) | （週休日の活動日数）  ４日  (６日連続休養) | | | （週休日の活動日数）  ５日  (５日連続休養) | | （週休日の活動日数）  ４日  (３日連続休養) | | （週休日の活動日数）  ４日  (９日連続休養) | （週休日の活動日数）  ４日  (４日連続休養) |
| 秋季競技会  大学競技会 | 都駅伝  秋季競技会 | | | 稲城ロードレース  ボランティア | | 新春駅伝 | | 八王子駅伝  青梅マラソン | 伊那駅伝 |