

令和 7 年度 陸上競技部 年間活動計画

部員数	1 年生： 5 名 2 年生： 8 名 3 年生： 8 名
顧問	主顧問： 朝津順平 副顧問： 寺戸真一

方針・目標	①生徒が豊かな学校生活を送りながら人格的に成長していくという部活動の基本的意義を踏まえ、勝利至上主義に陥ることなく、生徒の主体性や個性を尊重した運営に努める。 ②技術力の向上、陸上を楽しむ、自己目標の達成、仲間と協力して取り組む等、多様なニーズを踏まえた指導を行う。 ③生徒の心身の健全な発達を考慮し、練習日数や 1 日当たりの練習時間、休養日の適切な設定を行う。 ④生徒一人一人が目標を掲げ、顧問はそれを達成できるように指導、支援を行う。 ⑤生徒が集団の一員としての自覚をもち、規律、礼儀、好ましい人間関係を構築できるように指導する。
通常活動日	週当たり 5 日を活動日とする。(例：火、水、木、金、土) ※クラブチームと兼ねて所属する選手は原則活動日を火、水、木とする。
通常休養日	週当たり 2 日以上以上の休養日を設ける。(例：日、月)
通常活動時間	(平日) 2 時間程度 16:20～完全下校時間 20 分前 (休日) 3 時間程度 8:30～11:30
通常活動場所	浜田東中 校庭

年間活動予定

月	活動計画 (参加大会等)	備考
4月26日 (土)	●石見陸上 (浜山)	全員参加
5月10日 (土)	●益田市陸協記録会 (益田)	希望者
5月24日 (土)	●出雲市陸協記録会 (浜山)	希望者
5月28日 (水)	○浜田ブロック大会 (益田)	全員参加・貸切バス
6月 7日 (土)	○県中学通信陸上 (浜山)	選抜者・貸切バス
6月 8日 (日)	●益田市陸協記録会 (益田)	希望者
7月18～20日 (金、土、日)	○県総体 (浜山)	選抜者・貸切バス
8月30日 (土)	●JOC 県予選・記録会 (松江)	全員参加・貸切バス
8月31日 (日)	●益田市陸協記録会 (益田)	希望者
9月27日 (土)	●出雲市陸協記録会 (浜山)	全員参加・貸切バス
10月11日 (土)	●浜田ジュニア (浜田)	希望者
10月25・26日 (土・日)	●西中国陸上 (益田)	希望者
11月22日 (土)	●浜田ダッシュ王 (浜田東中)	全員参加 (役員)

※○・・・中体連主催の大会、●・・・協会、連盟主催の大会

・合同部活動が定期開催されます。すぐるに出欠案内が来ますのでその都度ご回答ください。