

令和8年度 陸上競技部 年間活動計画

部員数	1年生：9名 2年生：4名 3年生：9名 合計：22名
顧問	主顧問： 朝津順平 副顧問： 寺戸真一

方針・目標	<p>①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。</p> <p>②技術力の向上、自己目標の達成、陸上競技を楽しむ、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。</p> <p>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、練習量、休養日の適切な設定を行う。</p> <p>④一人一人が目標を掲げ、顧問はそれを達成できるように支援を行う。</p> <p>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。</p>
通常活動日	週当たり5日を活動日とする。(原則：火、水、木、金、土) ※クラブチームと兼ねて所属する選手は活動日を相談の上、決定する。
通常休養日	週当たり2日以上以上の休養日を設ける。(原則：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 (不定期で浜田市陸上競技場、国府海岸)

年間活動予定

月	活動計画(参加大会等)	備考
4月11～12日(土・日)	●出雲陸上(浜山)	希望者
4月25日(土)	●石見陸上(浜田)	全員参加
5月9日(土)	●益田市陸協記録会(益田)	希望者
5月23日(土)	●出雲市陸協記録会(浜山)	個人参加
5月27日(水)	○ブロック大会(益田)	全員参加・貸切バス
6月6日(土)	○通信陸上(浜山)	選抜者・貸切バス
6月7日(日)	●益田市陸協記録会(益田)	希望者
7月4日(土)	○中学生混成競技会(松江)	個人参加
7月18～20日(金・土・日)	○県総体(松江)	選抜者・バス・宿泊
8月30日(土)	●U16予選兼記録会(益田)	希望者
9月12日(土)	●県陸協記録会(松江)	全員参加・貸切バス
10月10日(土)	●浜田ジュニア(浜田)	全員参加
10月24・25日(土・日)	●西中国陸上(益田)	希望者
2月11日(土)	●浜田ロードレース(浜田)	全員参加

※○…中体連主催の大会、●…協会、連盟主催の大会

- ・県総体、U16県予選の上位大会の日程については島根陸上競技協会HPをご覧ください。
- ・その他、合同部活動が定期開催されます。すぐーるの出欠案内にその都度ご回答ください。