

江戸川区立松江第三中学校 陸上部 活動方針、年間の活動計画

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上を通して、心技体を鍛える。 ・大会に出て、自分の記録を伸ばす。 			
活動日	月・水・土			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16 : 00 ~ 解散 18 : 30	冬季	集合 16 : 00 ~ 解散 18 : 00
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 9 : 00 ~ 解散 12 : 00	午後 実施	集合 13 : 00 ~ 解散 16 : 00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習		
	5月	基礎練習		地域別陸上大会
	6月	基礎練習		地域別陸上大会・総合体育大会
	7月	基礎練習		
	8月	基礎練習		
	9月	基礎練習		
	10月	基礎練習		支部対抗陸上競技大会
	11月	基礎練習		
	12月	基礎練習		
	1月	基礎練習		
	2月	基礎練習		
	3月	基礎練習		
安全指導・ 配慮等について	<ol style="list-style-type: none"> ① こまめに休憩を入れ、事故防止と熱中症の予防に細心の注意をはらう。 ② ミーティングや集合の際は、必ずマスクを着用するようにさせる。 			