

## 江戸川区立松江第六中学校 陸上競技部 活動方針・年間の活動計画

顧問： 岡島 瑛樹、木村 直史、高瀬 哲平

校長： 小野満 賢

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>日々の単調で地味な練習の継続・積み重ねを大切にする</li> <li>競技上や学校生活のルールや規則、マナーを遵守する</li> <li>個々の生徒の自己記録ならびにリレーのチーム記録の更新をめざす</li> </ul>			
部員数 (令和7年4月30日現在)	3年 13名(男9・女4) 2年 14名(男9・女5) 1年 15名(男6・女9) 計 42名			
活動日	学期中は、原則として 月・水・木・土 の4日間 長期休業中は、他の部活との調整でトラックの使える日(原則は2日練習+1日休養)			
活動時間 (平日)	夏季	集合16:00~解散18:00	冬季	集合16:00~解散18:00
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合8:50~解散12:30	午後 実施	集合13:00~解散17:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> <li>1年生スパイク発注</li> </ul>		葛飾区春季陸上大会(奥戸) 江戸川オープン陸上(江戸川)
	5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> </ul>		地域別陸上競技大会(夢の島) 春季区民陸上大会(江戸川)
	6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> <li>ユニフォーム、Tシャツ発注</li> </ul>		地域別陸上競技大会(夢の島)
	7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> </ul>		江戸川ジュニア記録会(江戸川)
	8月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> </ul>		
	9月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> <li>3年生は秋季区民大会で引退→新部長</li> </ul>		区総体陸上(江戸川) 秋季区民大会(江戸川)
	10月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> </ul>		
	11月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> <li>ウインドブレーカー発注</li> </ul>		愛国高校招待リレー(愛国高校)
	12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> <li>ロードレース出場者は長距離練習</li> </ul>		
	1月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> <li>ロードレース出場者は長距離練習</li> </ul>		都ロードレース大会(夢の島)
	2月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> </ul>		
	3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>通常練習(短、長、種目別)</li> </ul>		
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>走るコースや用器具の配置の安全確認</li> <li>緊張感を持った練習への取り組み</li> <li>特に、投擲、跳躍、ハードルについては試技前に必ず安全確認をする</li> </ul>			