

志村学園陸上競技部 活動計画

1 年間目標

- 各自の目標達成への活動を通して主体性・自己管理能力を育成する。
- 同じ志をもつ仲間と切磋琢磨し、日々の活動に取り組む。
- 心と体を鍛えることで日常生活や礼儀等の向上を目指す。

2 指導方針

- 挨拶やマナーを大切にする。
- 集合時間や提出物の期限を守ることを徹底する。
- 日頃の練習の成果を発揮できる大会を個々の課題に応じて選択し、達成感と成功体験をもつ。
- こまめに休憩をとり、水分補給を行う。

3 活動概要

(1) 活動日及び活動時間

月・火・木・金 16:05~17:30(下校完了時刻)

夏季休業日、冬季休業日、週休日も行いう予定有り。

夏季休業中に、学校を利用して練習を行う。

※活動日、時間、土日の活動については、事前に月予定表で周知する。

(2) 活動場所

グラウンド・校舎裏・陸上競技場(休日のみ)

(3) 引率体制

大会・練習の引率は、2名(高体連は3名)の体制で行う。

(4) 高等学校体育連盟への登録について

以下に該当する生徒・保護者に対し高体連加盟の案内を行い、希望者について高体連に加入する。

- 大会参加時に競技場内での行動について、競技役員の指示を理解して大会に参加できること。
- 高体連その他の大会において、練習の成果を発揮することが期待できる競技レベルにあること。

※高体連登録の際に、高体連ユニフォーム及びスパイク購入が必要となることについての案内を行う。

(5) 日本知的障害者陸上競技連盟への登録について

- 日本 ID 陸上選手権は、標準記録を突破し、愛の手帳を所有するか IQ が 75 以下の証明ができる書類を提出できる生徒が対象になる。
- 「日本 ID 陸上」への参加をする際には当連盟への加入が必要である。「日本 ID 陸上」への参加申込者について、大会申込時に連盟へ加入する。

(6) 令和6年度の活動内容 日程(案)

月	陸上競技部全員	高体連 登録者
5	25日(土)~2日(日) 東京都障害者スポーツ大会(駒沢)	
8	夏休み 練習	
9		8/31(土)~9/1(日) 高体連3支部新人戦(江戸川)
10	第75回板橋区民大会陸上競技大会(新河岸陸上競技場) 特体連 陸上大会(駒沢陸上競技場) NAGASE カップ(東京都)	
11	※日本ID陸上競技選手権(愛媛)	
2	第76回板橋区民大会ロードレース(戸田橋荒川河川敷)	
3	23(土)24(日) オール陸上(駒沢)	

4 活動費について

部費として年間 1,000円徴収し、年間執行予定は以下のとおりとする。

項 目	金 額
救急用品・テーピング・熱中症対策など	10,000円
トレーニング用具	15,000円
雑費(大会参加費の銀行等振込み手数料等)	1,000円

5 担当教員(6名)

徳岡壮平、新井沙彩、小暮浩之、分部美香、市木尚利、茶木浩美

外部指導員(1名)

鈴木俊彦

6 持ち物

飲み物、体操着またはトレーニングウェア、ランニングシューズ

マスク、自分の荷物を管理するもの(トートバッグなど)

7 その他

- ・熱中症対策、感染症対策については十分に配慮して活動する。
- ・熱中症予防として、練習場所のWBGTを計測し、こまめな水分補給と休憩時間を確保する。