

陸上競技 部の活動方針

目標	【陸上競技部の年間目標】 ・主体的な活動になるよう支援し、生徒自ら目標を定め、その目標に向かって努力する力を育てる。 ・異学年集団で活動することで社会性の向上につなげる。 ・挨拶や返事など人として必要な礼儀について身に付けさせる。	
活動方針	【陸上競技部の活動方針】 仲間と励まし合いながら苦しい練習も乗り越え、自分と仲間の成長のために力を尽くすことの大切さを実感できるよう支援していきたい。	
年間計画	主な内容	活動とねらい
4月	平日練習、休日練習・合同練習会 栃木県陸上競技春季大会	・新入生入部、部活動保護者会 ・新入生が部活動に慣れるようサポートする。
5月	平日練習、休日練習・合同練習会 奨励陸上競技大会 市春季体育陸上競技大会	・GW中は4日程度、休日にする。 ・県大会の市予選にむけての活動が中心。
6月	平日練習、休日練習・合同練習会 県春季体育陸上競技大会 ジュニアトライアル陸上	・上旬の県大会後は、全員での練習を行う。 ・下旬は県大会の市予選にむけての活動。
7月	平日練習、休日練習・合同練習会 県通信陸上競技大会 市総合体育陸上競技大会 県総合体育陸上競技大会	・県大会の市予選にむけての活動が中心。 ・3年生最後の県大会で成果を出し切る。 ・県大会後は、1・2年生の新体制づくり。
8月	平日練習、合同練習会 J〇最終予選会	・長期休業中に、基礎作りに努める。 ・新チームで大会に参加できるようにする。
9月	平日練習、休日練習・合同練習会 市新人陸上競技大会	・県大会の市予選にむけての活動が中心。
10月	平日練習、休日練習・合同練習会 県新人体育陸上競技大会	・中旬までは県大会に向けての活動が中心。 ・県大会後は駅伝大会に向けての練習。
11月	平日練習、休日練習・合同練習会 奨励陸上競技大会	・移行期の練習開始。 ・冬季練習に向けた準備をする。
12月	平日練習、休日練習・合同練習会	・冬季練習開始。基礎的な体力作り中心。
1月	平日練習、休日練習・合同練習会	・引き続き冬季練習。基礎的な体力作り中心。
2月	平日練習、休日練習・合同練習会	・引き続き冬季練習。基礎的な体力作り中心。
3月	平日練習、休日練習・合同練習 スプリングフェスティバル	・基礎から発展させた技能の習得を図る。 ・シーズン開幕に向けた移行期。