

第1表-9

立川市立立川第一中学校 陸上部 年間活動計画

年間目標	<p>○継続的な練習の成果による個人の記録の向上とともに、競技会での上位入賞を目標に活動を行う</p> <p>○リレーや駅伝などのチーム種目への取組や苦しい練習にも、互いに励まし合って乗り越える中で、集団への帰属意識や連帯感を高める</p> <p>○部におけるルールやマナーの徹底により、学校生活における規範意識を高める</p>			
顧問・部活動(外部)指導員名	<p>顧問：高橋 総一郎 石森 美晴 茨 裕美</p> <p>部活動(外部)指導員：中山 睦喜 染谷 佳大</p>			
部員数 (平成30年6月現在)	<p>男子 3年10名 2年8名 1年7名 計25名</p> <p>女子 3年 5名 2年7名 1年2名 計14名 総計39名</p>			
活動日	月・火・木・金 ※土日に大会、大会前はどちらかに練習が入ることもあります			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	9:15~12:15 または 12:15~16:15
休養日	原則、水・土または日			
主な活動予定	4月	・通常練習	・都中学校春季陸上競技会	
	5月	・通常練習	・地域別大会	
	6月	・通常練習	・地域別大会	
	7月	・通常練習	・総合体育大会・通信都大会・渋谷区記録会	
	8月	・通常練習	・市民大会・(関東大会・全国大会)	
	9月	・通常練習	・10ブロック大会・東京ジュニア	
	10月	・通常練習	・東京ラビッツ・支部対抗	
	11月	・通常練習	・中学校駅伝競走大会	
	12月	・通常練習		
	1月	・通常練習	・中学校ロードレース大会	
	2月	・通常練習		
3月	・通常練習	・立川シティマラソン		
参加予定大会	各大会に参加することにより、同世代の選手と競い合うことができ、その記録の向上が練習の励みにも繋がると考える。参加する大会については精選している。			
主な実績	29年度	関東大会・全国大会出場		(参加大会数17)
	28年度	都大会出場		(参加大会数19)
	27年度	関東大会出場		(参加大会数19)