

杉並区立富士見丘中学校  
令和7年度陸上競技部の活動方針・活動計画

令和7年5月10日

## 1 指導体制

顧問教諭等氏名	外部指導者氏名	資格等や経験	頻度
主顧問 			
主顧問 			
主顧問 			

2 部員数 1年生 9人 2年生 1人 3年生 11人 合計 21人  
(令和7年5月現在)

## 3 年間目標

- (1) 部活動だけでなく、普段の学校生活でも、高い目的意識と自ら実践する強い行動力をもって目標に達成すべく日々の練習から努力を重ねる。
- (2) 自己記録の更新や都大会の出場を目指して日々の練習に取り組む。

## 4 活動方針

- (1) 陸上を通して記録を伸ばし、達成感を味わう  
「競技力向上」を目標に普段の練習から小さな目標を1つ1つクリアしていく。その経験を活かしながら長期目標である自己実現ができるようなスキルを育みます。
- (2) 礼儀やマナーを身に付ける  
部活動では、挨拶や返事、言葉遣い、決まりを守ること、一生懸命に目の前のこと取り組むことの大切さを育みます。
- (3) 自律心・人間力の向上  
部長や各部門のリーダーが中心となり練習を行うことでお互いを高め合う部活にする。様々な人間関係の中で中学生として社会に通用する力を育む。
- (4) 顧問教諭及び指導員と生徒がともに信頼し合い、共通の目標のもとに主体的に取り組む。

## 5 指導内容・方法

- (1) 顧問教諭及び指導員と生徒が共に信頼し合い、共通の目標の下に主体的に活動します。
- (2) 生徒の心身の発育・発達や体力・技術等を適切に把握して活動計画を立てる。

## 6 活動計画

- (1) 活動日： 月・水・木 大会前は休日も活動あり
- (2) 活動時間：平日 15:50～17:50 (2時間)  
休日 9:00～12:00 (3時間)
- (3) 休養日： 火・金・土・日
- (4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	4	
	5	東京都中学校地域別陸上競技大会
	6	渋谷区陸上競技大会
	7	葛飾区陸上競技大会
	8	
2 学期	9	杉並区中学校秋季陸上競技大会
	10	他自治体主催大会
	11	
	12	
3 学期	1	
	2	
	3	他自治体主催大会

### (5) 参加予定大会

- ・東京都中学校地域別陸上競技大会
- ・杉並区中学校秋季陸上競技大会
- ・他自治体主催大会

## 7 過去3か年の主な実績

- ・杉並区中学校秋季陸上競技大会入賞
- ・武藏野市陸上競技大会入賞