

令和7年度 部活動年間指導計画書

陸上競技 部

代表顧問者氏名 早川 由高

	学校行事	大会・コンクール等	活動計画	備考
4月	入学式 始業式 部活動登録	5日(土)、6日(日) 西三河陸上競技記録会	新入生の勧誘 総体に向けて、スピードをつけての走り込み	
5月	体力テスト 球技大会① PTA総会	4日(日)、5日(月)、6日(火) 高校総体支部予選	筋力の回復を行い、夏にバテない体を作る 大会に向けて、技術的な練習をおこなう	介護実習(3)
6月	修学旅行(2) 学年行事(1・3) 1学期期末考査	8日(日)、14日(土) 県選標準記録突破競技会	基礎体力作り 夏バテしない体を作る	介護実習(3)
7月	懇談会 終業式	19日(土) 西三河高校1年生大会 20日(日) 第1回西三河強化競技会	夏の暑さに負けない、強い体を作る 大会に向けて、技術的な練習をおこなう	介護実習(全) インターンシップ(2)
8月	全校出校日 課題テスト 中学生体験入学①	30日(土)、31日(日) 高校新人支部予選	夏の暑さに負けない、強い体を作る 新人戦に向けて、スピードをつけての走り込み	介護実習(1・2) インターンシップ(2) 授業補充(3)
9月	始業式 2学期中間考査		新人戦に向けて、スピードをつけての走り込み シーズン最後に向けての追い込みをおこなう	
10月	2学期中間考査 たかこう祭 中学生体験入学②	11日(土)、12日(日) 第58回西三河選手権	シーズン最後に向けての追い込みをおこなう	介護模試
11月	2学期期末考査	3日(月) 県高校駅伝	冬に向けて、持久力の向上をはかる	介護実習(2)
12月	球技大会② 懇談会 終業式	ひえだ川駅伝	マラソン・駅伝シーズンに向けて持久力の向上をはかる	介護模試 授業補充(3)
1月	始業式 学年末考査(3)	高浜シティマラソン	マラソン・駅伝に向けて持久力の向上をはかる	授業補充(3) 介護試験
2月	学年末考査(1, 2)		新シーズンに向けての技術力向上をはかる	
3月	卒業式 終業式	21日(土)、22日(日) 第2回西三河強化競技会	新シーズンに向けての技術力向上をはかる	インターンシップ(1)

活動日 月、火、水、金、土

休養日 木、日、考査期間中

活動時間 平日16:00～18:00、休日8:30～11:30

特記事項 活動日時は大会や合同練習で変更になる場合がある。土曜日と日曜日に試合が入った場合は、月曜日を休みに振替える。各支部予選を勝ち抜くと、上位大会へ進出する。