

[様式2]

おおさわ学園三鷹市立第七中学校
令和8年度 陸上競技部の活動方針・活動計画

令和8年5月7日

1 指導体制

顧問教諭等氏名		部活動指導員(休日限定)氏名	資格や経験等	
主顧問	田中 真之			
副顧問	長澤 浩志	部活動指導助手	資格や経験等	頻度
副顧問		菅野 聡美		月 3
副顧問				

2 部員数(令和8年 4 月現在)

	男子	女子	小計	合計
第1学年	4人	3人	7人	26人
第2学年	6人	2人	8人	
第3学年	6人	5人	11人	

3 年間目標

年間の目標	自分の目標を持ち、達成のためにベストを尽くす。
-------	-------------------------

4 活動方針

活動方針	・挨拶、礼儀、時間を大切にする。 ・自分の目標を持ち、達成のための手立てを自ら考えて行動できるようにする。
------	--

5 指導内容・方法

(1)体罰・暴言等のない指導	人権に配慮しながら、言葉で伝えていくようにする。トラブルが起きた場合は、速やかに管理職と保護者に連絡をとる。
(2)生徒間の暴力禁止	生徒間で、意見の食い違い等があった場合、できるだけ教員が間に入り、話し合いで解決できるように導く。
(3)部活動指導員・指導助手の活用	顧問と外部指導助手のそれぞれの役割について基本的な考え方を示し、共通理解を図ったうえで指導にあたる。
(4)事故防止・安全配慮	生徒個人の心身の発育・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		火・木・金曜日
(2)活動時間	平日	15:30~17:00(1時間 30分)※24時間表記
	休日	実施しない。※大会等に参加する際は別途連絡
(3)休養日		月・水・土・日・祝日
(4)年間活動予定		
1学期	4月	生徒会部活動紹介
	5月	部活動保護者会(指導方針等を説明)
		地域別大会
	6月	基礎練習
	7月	競技会参加(予定)
2学期	8月	夏季強化練習
	9月	専門種目練習
	10月	三鷹市民大会
	11月	基礎体力強化練習
		三鷹市駅伝参加
12月	基礎体力強化練習	
	冬季休業中 練習及び合同練習	
3学期	1月	基礎体力強化練習
		ロードレース大会
	2月	基礎体力強化練習
3月	基礎体力強化練習	
	競技会参加	

(5)参加予定大会

	主催団体等	大会名
1	中体連	地域別大会
2	中体連	支部対抗大会
3	中体連	ロードレース大会
4	三鷹市	三鷹市民大会
5	三鷹市	駅伝大会

7 過去3か年の主な実績

	年度	主催団体等	大会名
1	R7	中体連	第76回中学校地域別陸上競技大会 出場
2	R7	町田市陸上競技協会	町田市ジュニア育成陸上競技会 出場
3	R7	中体連	第65回東京都中学校ロードレース大会 出場
4	R7	三鷹市	三鷹市陸上競技記録会 出場
5	R7	三鷹市	第34回三鷹市民駅伝大会 出場