

鳥取県立倉吉農業高等学校 陸上競技部 年間活動計画

部員数	男子10名・女子1名 合計11名
顧問氏名	永代 浩孝、岡本 篤志
活動日	月、火、水、木、金
休養日	土、日
活動時間	(平日) 月・火・水・木・1時間30分(15:30~17:00) 金・・・フリー (休日) 活動なし
活動場所	グラウンド他

活動目標	○生徒たちが自己新記録更新に向けて主体的に、意欲的に取り組む ○活動時間を守り、部活動と勉学の双方に励む
------	---

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月	29 記録会		基礎技術練習 大会に向けての練習
5月	7~8 県選手権大会 28~6/1 県高校総体		基礎技術練習 大会に向けての練習
6月			基礎技術練習 大会に向けての練習
7月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
8月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
9月	16~17 県高校新人大会		基礎技術練習 大会に向けての練習
10月	1~2 倉吉市選手権大会 23 会長杯大会		基礎技術練習 大会に向けての練習
11月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
12月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
1月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
2月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
3月			基礎トレーニング 体幹トレーニング

備考

何事に対しても真面目にコツコツと取り組む・打ち込む姿勢、思いやりの心、自分に嘘をつかない信念、社会・集団の中で助け合う気持ち、物事に興味・関心を持つことの大切さを身に着けさせる一環として、部員に主要な大会の補助員をお願いする。