

別紙2 年間の活動計画例

大田区立糀谷中学校 陸上競技部

年間目標	・技術向上 ・人間性育成			
部員数 (令和8年4月27日現在)	3年0名、2年4名、1年11名			
活動日	月、火、木、金（大会の場合は土、日）			
活動時間	平日	16：00～18：00	休日	午前か午後で3時間程度
休養日	水、土、日			
主な活動予定	5月	基礎・基本の習得		
	6月	技能向上に向けて		
	7月	スピード、体力練習		
	8月	技術練習		
	9月	技術練習		
	10月	スピード練習		
	11月	冬季練習		
	12月	冬季練習		
	1月	冬季練習		
	2月	冬季練習		
参加予定大会	東京都中学校地域別大会（5月、6月）			
	全日本中学校通信陸上競技大会東京都大会（7月）			
	東京都中学校中学校体育大会陸上競技大会（7月）			
	大田区の陸上競技大会（6月、10月）			