

# 部活動年間計画書

## 陸上競技部

本年度全体目標：「自発的に活動し、根気よく努力する生徒を育む」

### 本年度（陸上競技部）目標

すべての活動を通して、生徒の主体性を育み、学習意欲の向上や責任感・連帯感の涵養を図る。

月	指導のめあて	活動内容	指導の留意点
4	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止
5	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止 熱中症の防止
6	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止 熱中症の防止
7	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止 熱中症の防止
8	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止 熱中症の防止
9	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止 熱中症の防止
10	心身の健やかな成長と競技力の向上	・種目別練習 ・大会等	怪我の防止
11	強い精神力の涵養と心肺機能の向上	・フィジカルトレーニング	怪我の防止
12	強い精神力の涵養と心肺機能の向上	・フィジカルトレーニング	怪我の防止
1	強い精神力の涵養と心肺機能の向上	・フィジカルトレーニング	怪我の防止
2	強い精神力の涵養と心肺機能の向上	・フィジカルトレーニング	怪我の防止
3	強い精神力の涵養と心肺機能の向上	・フィジカルトレーニング	怪我の防止