令和８年度　深川第三中学校　陸上競技部　年間活動計画

<table>
<tr><td>年間目標</td><td colspan="4">・競技者である前に、中学生であることを忘れない。
すなわち、日常生活においても礼儀・挨拶・感謝の気持ち・文武両道の精神を大切にする。
・保護者・地域などから「愛され・応援される」選手であること。
・自主的・自発的な活動であること。
・江東区連合陸上大会総合優勝、都大会出場、都大会入賞、関東・全国大会出場を目指す。</td></tr>
<tr><td>活動日
及び
活動時間</td><td>平日
【通年】</td><td>【放課後練習】放課後～１８：３０
月曜・金曜は越中島小学校　校庭
火曜・木曜は本校　校庭にて練習
※習い事やクラブチーム等に所属する場合も含め、少なくとも平日の練習に参加し、両立できることが入部条件となります</td><td>休日</td><td>９：００～１２：００（土曜日）
校庭または競技場にて練習
※大会等により変更あり
※長期休業中の平日も基本的に午前中の練習となります</td></tr>
<tr><td>休養日</td><td colspan="4">毎週日曜日、水曜日の週２回の休養日を設定します。
※土日が大会の場合は、月曜日を休養日とします。</td></tr>
<tr><td rowspan="13">主な
活動予定</td><td>月</td><td colspan="2">活動等</td><td>参加予定大会等</td></tr>
<tr><td>４月</td><td colspan="2">新入生歓迎　正式入部　部活動保護者会
２・３年生公認記録会出場</td><td>各種公認大会</td></tr>
<tr><td>５月</td><td colspan="2">１年生基礎練習　公認大会出場
２・３年生地域別大会出場</td><td>地域別大会（都大会予選）
他各種公認大会</td></tr>
<tr><td>６月</td><td colspan="2">全学年地域別大会出場
公認大会出場</td><td>地域別大会（都大会予選）
他各種公認大会</td></tr>
<tr><td>７月</td><td colspan="2">公認大会出場　部活動合宿</td><td>総合体育大会・通信大会（都大会）</td></tr>
<tr><td>８月</td><td colspan="2">公認大会出場
【学校閉庁日】</td><td>関東・全国大会
墨東五区大会　他各種公認大会</td></tr>
<tr><td>９月</td><td colspan="2">公認大会出場</td><td>東京ジュニア陸上競技大会（都大会）
ｼﾞｭﾆｱｵﾘﾝﾋﾟｯｸ最終選考会 他各種公認大会</td></tr>
<tr><td>１０月</td><td colspan="2">短距離ﾌﾞﾛｯｸ３年生引退　新部長選出
公認大会出場</td><td>連合陸上大会　支部対抗大会（都大会）
ｼﾞｭﾆｱｵﾘﾝﾋﾟｯｸ（全国大会）他各種公認大会</td></tr>
<tr><td>１１月</td><td colspan="2">長距離大会出場　公認大会出場
長距離ﾌﾞﾛｯｸ３年生引退　新部長選出</td><td>都駅伝競争大会（都大会）
他各種公認大会</td></tr>
<tr><td>１２月</td><td colspan="2">長距離大会出場</td><td>関東駅伝競走大会　全国駅伝競走大会</td></tr>
<tr><td>１月</td><td colspan="2">長距離大会出場</td><td>江東区民駅伝大会
都ロードレース大会</td></tr>
<tr><td>２月</td><td colspan="2">長距離大会出場
公認大会出場</td><td>墨東五区駅伝大会
日本室内陸上競技大会</td></tr>
<tr><td>３月</td><td colspan="2">公認大会出場
３年生送別会　新入部員歓迎準備</td><td>各種公認大会</td></tr>
</table>