

日進中学校陸上部 部活動懇談会

令和6年5月25日(土)

1 目的

- ・ 陸上競技を通して、基礎体力や精神力の向上を図る。
- ・ 練習や大会参加を通して、陸上競技の楽しさや面白さ、奥深さに気付かせる。
- ・ 集団での活動を通して、社会生活の基本を身に付けさせる。

2 指導方針

- ・ 家族の一員であり、学校の一員であり、陸上部の一員である。
- ・ 挨拶や返事などの礼儀、荷物や道具類の整理整頓を徹底する。
- ・ 無断欠席はしない。顧問・学校に必ず連絡をする。
- ・ 個人競技だが、みんなで協力して楽しく真剣に練習に取り組む。
- ・ 野球やサッカーなどのクラブチームでの活動を中心に行っている生徒の参加を認める。ただし、参加できる日の練習には原則参加する。(来年度変更の可能性あり)

3 練習について

- ・ 授業後と土曜日の練習を基本とする。
- ・ 休日の練習は8:00~12:00に行う。ただし、気温の変化に応じて時間をずらすことがある。
- ・ 練習場所は第1グラウンドを基本とし、可能な場合には競技場での練習を行う。
- ・ 平日の練習を欠席する場合は、顧問に報告してから帰宅する。休日の練習を欠席する場合、コドモンで報告する。その際、欠席理由を記入する。
- ・ 練習予定表は、日進中のHPにアップロードする。また、コドモンを通して保護者に通知する。

日進中 陸上部予定表

4 大会への参加について

- ・ 陸協登録を行い、アスリートビブス(ゼッケン)を発行してもらう。
 - ※ 今年度の登録料は1,650円(手数料を含む)。
 - ※ 年度更新のため、次年度以降も再度登録料を支払う必要がある。
 - ※ アスリートビブスは1年間使用する。
- ・ コドモン等で大会の情報を顧問から生徒に提供する。
- ・ 大会案内に記載した二次元コードから大会の参加希望を入力する。顧問が用意した集金封筒で大会参加料の集金を行う。
 - ※ 申し込み後に、けがや家庭の都合などによって出場辞退する場合には、返金することができない。
- ・ 大会に申し込む際に、別途100円を集金し、大会参加料の振込手数料やプログラム代、熱中症対策(氷・経口補水液購入)等に充てる。
- ・ 基本的には希望通りの種目で試合の出場登録を行う。ただし、出場制限がある場合には、練習の取組の様子や過去の記録、セレクションの結果等で判断する。



5 大会の主な開催場所と交通手段

- ・ パロマ瑞穂北陸上競技場(地下鉄「瑞穂運動場東」駅 から徒歩10分)
- ・ 物産フードサイエンス1969知多スタジアム(名鉄「朝倉」駅 から徒歩10分)
- ・ スポーレ春日井(JR「勝川」駅 から徒歩30分)

6 練習着について

- ・陸上部Tシャツ ・学校ウインドブレーカー ・ランニングシャツ&パンツ
- ・体操服

※市販のTシャツなどを着用して構いません。

※スパッツやショートパンツなど走りやすいものも着用して構いません。

7 大会出場に向けて必要なもの

- ・ ユニフォーム上下 学校で注文する。
- ・ ランニングシューズ 各家庭で用意する。
- ・ スパイク 各家庭で用意する。
- ・ アスリートビブス 選手登録すると愛知陸協から発行される。
- ・ 安全ピン八つ 各家庭で用意する。

※ 大会に出場しない場合には、購入の必要はありません。

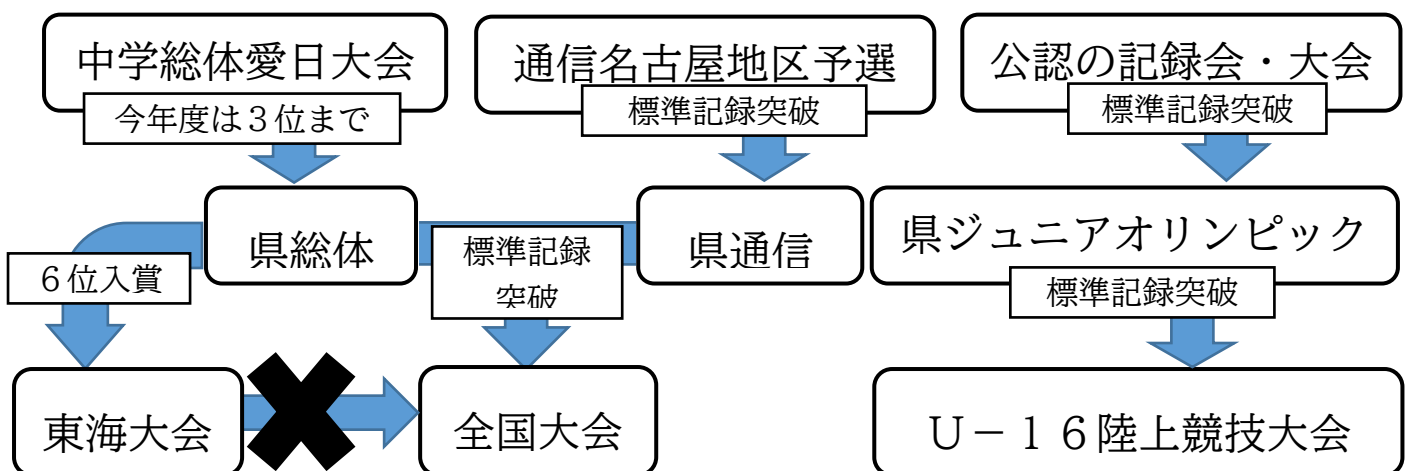
* ランニングシューズ …… 足のことを考えると必要です。実際に両足とも履いてみて、足に合ったシューズを見つけてください。(色・デザインは問いません)

* スパイクシューズ …… 大会に参加する際に必要になります。実際に履いて自分の足に合うものを選んで下さい。スパイクは種目によって種類や使用するピンの長さが変わるので注意して下さい。詳しくは店員さんに聞くことをおすすめします。

* マラソンシューズ …… 長距離に所属している生徒は駅伝やロードレースに参加する際に必要になります。

※ 生徒達は・ステップスポーツ(瑞穂区・名駅)などで用品を購入しています。専門のスタッフがアドバイスしてくれるのでオススメです。

8 上位大会へのステップ(年間の大会予定については別紙参照)



※標準記録については別紙参照。

9 大会情報などリンク集

- ① 愛知陸上競技協会 (<http://www.aichi-rk.jp/>)
- ② 名古屋地区陸上競技協会 (http://sports.geocities.jp/nagoyat_f/)
※ 日進中学校は名古屋地区に所属している(総体の愛日地区とはまた別の区分となる)。
- ③ 名古屋地区大会情報ページ (<http://sports.geocities.jp/ark758sb/>)

※ 大会によっては、HP記載の二次元コードから記録をチェックできます。

- ・ 各HPアドレスの二次元コードを作成しました。ご活用ください。

愛知陸上競技協会



名古屋地区陸上競技協会



知多地区情報



10 その他

- ・ 部活動後は、体操着や練習着での下校を認めます。
- ・ 練習を欠席・遅刻する場合は、安全管理の面からも必ず顧問に伝わるようにしてください。顧問に直接伝えるか、コドモンで連絡をお願いします。
- ・ 雨の日も練習は行います。ただし場所や時間に変更になる場合があります。体調管理を考え、着替えを多めに持たせて下さい。
- ・ 平日・休日の練習共にスポーツドリンクの持参OKです。熱中症の予防のためにも、スポーツドリンクをおすすめします。
- ・ 大会や校外での練習の際に、連絡用の携帯電話は持参してもよいですが、絶対に携帯で遊ぶことがないように指導をしています。また、紛失や破損などの責任は負いかねますので、ご家庭の判断で持たせて下さい。
- ・ 大会によっては、早朝に集合したり、学校または日進駅に帰ってくる時間が遅くなったりする場合があります。その際は送迎をしていただくなど、生徒の安全な登下校にご協力をお願いいたします。
- ・ 学校外での部活のときのみ自転車の使用を許可します。(必ずヘルメットを着用)
- ・ 大会・練習時の保護者の方からの差し入れ、特にお菓子類は遠慮させていただいています。ご了承ください。

