

令和8年度 広島大学附属三原中学校 年間活動計画

部活動名	陸上競技部
顧問氏名	富岡 宏健
部員数	1年生 8名 2年生 10名 3年生 9名 (合計 27名)
活動日	週 5 日 (休養日：原則，毎週水曜日と日曜日)
活動場所	グラウンド (雨天時：新館利用)

月	出場予定の大会	活動のねらい・内容	学校行事等
4		体力づくり 仲間づくり	始業式・入学式 対面式
5	三原市春季総体 南部地区春季総体	いろいろな種目に挑戦 試合に向けた練習 (種目練習) めざせ市内総合優勝	スタトレ (7年生) 中体連春季大会 (市内・南部)
6	通信陸上	試合に向けた練習 (種目練習) 運動会練習を通じた体力づくり	運動会・自伸会総会・教育実習 B
7	県総体	大会シーズン 試合に向けた練習 (種目練習) めざせ県大会決勝レベル	
8		新チーム体制で練習を頑張る 試合に向けた練習 (種目練習)	教育実習
9	南部地区秋季総体	試合に向けた練習 (種目練習) 体力づくり (長距離走) 新チームでめざせ総合入賞	前期期末試験 文化祭・教育実習 中体連南部秋季大会
10	市駅伝ロードレース (陸上南部大会)	長距離走練習の中で，体力アップ 第1回陸上部体力テスト めざせ駅伝完走	自伸会選挙・教育実習・前期終業式 市駅伝ロードレース
11		心肺機能トレーニング 筋力トレーニング	PTA バザー・修学旅行 (8年生) 公開研究大会
12		心肺機能トレーニング 第2回陸上部体力テスト	
1		筋力トレーニング 走力トレーニング	
2		走力トレーニング 試合に向けた練習 (種目練習)	学年末試験
3	第4回中学生記録会 兼織田記念予選会	試合に向けた練習 (種目練習) 第3回陸上部体力テスト	卒業式・修了式