

令和5年度運動部活動計画

|     | 主な活動内容（予定）                 | 各種大会                                     |                                    | 備考                                                                                                                                                     |
|-----|----------------------------|------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                            | ＜競技力向上活動＞<br>競技力や技術を高めることを<br>目指して参加する活動 | ＜生涯スポーツ活動＞<br>卒業後も続けられるスポーツ活動      |                                                                                                                                                        |
| 4月  | ○活動計画作成                    |                                          |                                    | ○見学・体験・入部届（5月）<br><br>○個人参加の大会<br>・かさま陶芸の里ハーフマラソン<br>・大洗マラソンサンビーチマイルレース<br>※個人参加の大会等は、部活動として行わず、情報の周知のみ行う。<br><br><b>※各種サッカー大会に関しては、連絡があり次第随時検討する。</b> |
| 5月  | ○陸上競技・球技<br>○特体連体育大会に向けた練習 | ○茨城県障害者スポーツ大会個人競技<br>○特体連体育大会（学校行事）      |                                    |                                                                                                                                                        |
| 6月  | ○陸上競技・球技                   | ○茨城県障害者スポーツ大会団体競技<br>（学校申込み開始）           |                                    |                                                                                                                                                        |
| 7月  | ○陸上競技・球技<br>○夏季トレーニング      |                                          |                                    |                                                                                                                                                        |
| 8月  | ○夏季トレーニング                  |                                          |                                    |                                                                                                                                                        |
| 9月  | ○陸上競技・球技                   | ○茨城県障害者スポーツ大会団体競技                        |                                    |                                                                                                                                                        |
| 10月 | ○陸上競技・球技                   |                                          |                                    |                                                                                                                                                        |
| 11月 | ○陸上競技・球技<br>○蚩駅伝に向けた練習     | ○特体連スポーツ競技会<br>陸上競技・FD・卓球・サッカー           | ○蚩駅伝（原則全員参加：学校申込み）<br>※無料          |                                                                                                                                                        |
| 12月 | ○陸上競技・球技<br>○長距離走          |                                          | ○かさま陶芸の里ハーフマラソン<br>（個人申込み）※有料      |                                                                                                                                                        |
| 1月  | ○陸上競技・球技<br>○長距離走          |                                          |                                    |                                                                                                                                                        |
| 2月  | ○陸上競技・球技                   | ○特体連スポーツ競技会<br>バスケットボール                  | ○大洗マラソン サンビーチ・マイルレース<br>（個人申込み）※有料 |                                                                                                                                                        |
| 3月  | ○体力づくり                     |                                          |                                    |                                                                                                                                                        |