

令和7年度(レスリング)部年間活動計画

部員数	男子	5	人	女子		人	合計	5	人
顧問	主顧問	大谷 靖		副顧問	福井道明		副顧問		

方針・目標	①進路において自己実現が達成できるよう取り組む ②部活動を通して勉強面、生活面の成長を図る ⇒レスリング道(特記事項参照)を意識した生活を送る ③団体戦：県1位・中国ベスト4・全国ベスト8 個人戦：それぞれで目標を設定
通常活動日	月・火・水・木・金曜日
通常休養日	日曜日
通常活動時間	平日：月・金曜日…16時30分～19時 火・水・木曜日…17時～19時 休日：土曜日・祝日…9時～11時・15時～17時
通常活動場所	大東公園体育館・加茂B&G海洋センター

	大会名	会場	大会期間
年間活動予定	JOCジュニアオリンピックカップ 全日本ジュニアレスリング選手権大会	横浜武道館	4月27日
	島根県高等学校総合体育大会レスリング競技大会 兼 中国高等学校レスリング選手権大会 島根県予選大会	隠岐島前高校	5月31日
	中国高等学校レスリング選手権大会	倉吉総合産業高校	6月14日～15日
	国民スポーツ大会レスリング競技大会 島根県選考会	松江工業高校	7月12日
	全国高等学校総合体育大会レスリング競技大会	三刀屋文化体育館	7月27日～30日
	全国高校生グレコローマンスタイル選手権大会	滋賀県ウカルチャンアリーナ	8月17日～19日
	国民スポーツ大会レスリング競技大会	栗東市民体育館	9月29日～10月2日
	島根県高等学校新人レスリング選手権大会	松江工業高校	11月3日
	JOC杯全国予選中国・四国ブロック大会	大西体育館	12月25日
	中国高等学校選抜レスリング大会	倉吉体育文化会館	1月24日～25日
	風間杯 全国高等学校選抜レスリング大会	新潟市体育館	3月27日～29日

備考

特記事項 レスリング道「愛される人間になれ」①挨拶・返事・意見を大きな声で言う②ホウ・レン・ソウを確実に行う→報告・連絡・相談→1直接2電話3メール等③何事も一生懸命取り組む→特に自分が不得意なもの④何事も準備を大切に行動する→早い方がいい⑤試合で勝つための行動を意識する→練習はもちろん→特に勉強、食事、睡眠⑥整理整頓を常に心掛ける→部屋・道場・遠征先⑦自分がされて嫌な言動は人にしない⑧常に感謝の気持ちを大切にする⑨切り替えを大切にする→ONとOFF、勝ちと負け⑩プラス思考で物事を考える⑪「ちら」「ふと」を大切にする→突然、ちらっと、ふと思いついたことは実行する⇒勝利につながる、将来自分の力になる
