

# 豊田高校陸上競技部

○在籍 3年生14名 マネージャー8名  
 2年生12名 長距離 10名  
 1年生11名 短距離 15名  
 投てき 4名

## ○基本方針

1. 当たり前の徹底と底上げ
2. 0.1秒にこだわる日常生活
3. 志は高く、視野は広く、他人への態度は低く

## ○年間計画

4		
5	高校総体	…地区→県→ブロック→全国と続く高校生の夢の舞台
6	選手権	…中学生～社会人までのNo.1を決める陸上選手の夢舞台
7		
8		
9	新人戦	…1, 2年生の戦い。地区→県→ブロックと勝ち上がりも
10		
11	高校駅伝	…12月の都大路を懸けた予選会。全国大会はNHKで生中継される
12		冬場は各種ロードや駅伝大会に出ることもできます。
1		
2	犬山ハーフマラソン	
3		

## ○活動時間と場所

週に6日(月～土曜日) 業後16:00～ 約2時間

朝 7:30～ 約1時間 本校グラウンドおよび近隣の競技場にて

## ○主な実績(2010年～)

2010	女子	やり投げ 東海総体出場(西三河大会記録1位、県3位) 東海選手権出場(県選手権3位)
2011	女子	やり投げ 県総体出場(西三河6位) 4×100mR 県選手権出場(西三河6位) 新人県大会出場(西三河5位) 走幅跳 新人県大会出場(西三河5位)
2012	男子	100m 新人東海大会出場(西三河1位、県5位) 新人県大会出場(西三河6位) 200m 新人県大会出場(西三河3位) 4×100mR U-20 日本選手権出場(新人県9位、西三河1位) 4×400mR 新人県大会出場(西三河5位) 砲丸投 県選手権出場(西三河6位) 110mH 県選手権出場(西三河6位)

	<p>女子 100m 全国総体出場(西三河2位、県5位、東海4位) 国民体育大会選出・女子100m、4×100mR 出場 100m 新人西三河大会1位(県大会辞退) 200m 新人西三河大会1位(県大会辞退) 4×100mR 新人県大会出場(西三河3位) やり投げ 新人県大会出場(西三河7位) 西三河新人大会 男・女 総合4位</p>	<p>個人競技ただけにがんばりによっては結果に直結します。過去には初心者から県大会で決勝に進出した者もいました。</p>
2013	<p>男子 100m 県総体出場(西三河3位) 県選手権出場(西三河2位) 200m 県総体出場(西三河6位) 4×100m、県総体出場(西三河4位) 4×400mR 県総体出場(西三河6位)</p> <p>女子 100m 県総体出場(西三河2位) 県選手権出場(西三河2位) 県新人出場(西三河3位) 200m 県総体出場(西三河3位) 県選手権出場(西三河1位) 県新人出場(西三河1位) 4×100mR 県総体出場(西三河5位) U-20日本選手権出場(西三河3位、県ベスト16) 走幅跳 県総体出場(西三河3位) 県選手権出場(西三河1位) 東海新人出場(西三河1位、県6位)</p>	
2014	<p>女子 走幅跳 全国総体出場(西三河1位、県2位、東海6位) 国民体育大会選出 走幅跳 東海総体出場(西三河2位、県3位) 4×100mR 県総体決勝進出(西三河2位) 新人県大会出場(西三河6位)</p>	
2015	<p>男子 4×100mR 県総体出場(西三河6位) 800m 県新人戦出場(西三河5位) 走幅跳出場(西三河4位)</p> <p>女子 走幅跳 東海選手権出場(西三河1位、県1位) 国民体育大会選出</p>	
2016	<p>女子走幅跳 県総体出場(西三河1位)</p>	
2017		

2018	男子 4×100mR 県新人出場(6位) 100m 出場(5位) 女子 円盤投 県新人出場(2位)
2019	女子 円盤投 県総体出場(西三河3位) 県新人出場(西三河1位)

豊田高校陸上競技部 歴代記録(2007年以降を集計)

	男子			女子		
	記録	日時	会場	記録	日時	会場
100m	10.95	13.7/19	瑞穂	12.26	12.6/17	長良川
200m	22.43	12.9/30	瑞穂	25.19	12.6/30	瑞穂
400m	52.11	19.6/1	豊田	1.04.39	14.7/21	刈谷
800m	2.00.57	15.9/27	瑞穂	2.28.55	10.5/5	刈谷
1500m	4.15.72	15.5/3	刈谷	5.08.26	10.4/4	刈谷
3000/5000m	16.17.95	15.11/7	瑞穂	12.16.72	15.11/7	瑞穂
100/110mH	16.05	13.4/28	刈谷	16.51	16.4/30	刈谷
400mH	59.63	15.5/2	刈谷			
3000mSC	11.21.66	16.6/12	豊田			
走幅跳	6m70	16.4/17	瑞穂	5m95	15.7/18	瑞穂
三段跳	12m57	14.6/9	豊田			
走高跳	1m60	10.5/3	刈谷	1m35	14.9/7	刈谷
やり投	44m41	08.9/28	瑞穂	44m47	10.5/3	刈谷
砲丸投	10m15	09.9/5	刈谷	7m56	14.4/27	刈谷
円盤投	22m99	07.5/3	豊田	32m55	19.5/4	刈谷
400mR	42.84	13.4/27	刈谷	48.79	14.5/24	豊田
1600mR	3.27.38	13.5/26	瑞穂	4.33.54	08.7/27	豊田

陸上競技の魅力って？

地味なマイナースポーツかもしれませんが、シンプルに分だけ魅力もあります。例えば、シュート練習を100回やったからといって100回得点できるとは限りません。しかし、陸上競技であればやった分だけの結果が数値となって表れます。これは球技を始めとした、多くのスポーツは練習の目的が技術を身に付けることですが、陸上の場合には肉体の限界値を高めることが練習の目的だからです。したがって、練習以外の時間をどう過ごすかも競技力に大きく影響を与えます。早寝早起きから始まる規則正しい生活と、適切な栄養補給が欠かせません。すなわち、そのような規則正しい生活さえできれば強くなれるのが陸上競技です。公立高校でも私立の強豪校と渡り合えるのはこれが理由です。

令和2年度 キャプテンより

私は高校から陸上競技を始めました。個人競技ではあっても、時には仲間と一体となって競技に向かうのが陸上の魅力です。目標を達成するための忍耐力、周囲の方々へ持つべき謙虚な姿勢、何よりも努力の大事さを実感できるスポーツです。