



# SIT Track & Field TEAM

## 陸上競技部への思い

はじめまして、札幌国際情報高校陸上競技部です。  
『札幌国際情報高校で勉強に部活に全力で取り組みたい!』という<あなた>を待っています。

### ○札幌国際情報高等学校 陸上競技部の方針（3つの柱）

#### 周囲から『信頼されるアスリート』を目指す!

あなたにとって「目標」「目的」とは何でしょうか？

「アスリート（競技者）」とは何でしょうか？

アスリートと呼ばれる人たちは、常に「心・技・体」を高める努力をし、日々の「生活」を意識しています。

そして、日頃の小さな成功体験、充実感の積み重ねの先に、陸上競技における「目標」を常に持っています。

さらに『目的』というものがあります。

「目標」は「距離」であり、『目的』は『方向』です。

部員一人ひとりの目標への「距離」は違っても、目的という『方向』は部員全員が同じものを目指することができます。

『目的』とは『陸上競技を通じてどんな人物になりたいか』ということです。

それはすなわち『信頼されるアスリートになる』ことだと考えます。  
例えば、普段の言動や生活、そして、礼儀・マナー等がしっかりしていて、はじめて『アスリート（競技者）』といえるのではないのでしょうか。

本校の陸上競技部は記録だけにこだわるのではなく、周囲から信頼されるアスリートを目指しています。

#### 陸上競技には、集団のレベルアップが不可欠!

日々の活動を楽しみながら行い、記録を向上させ、心も体も成長する。

そういった部活動を目指しています。

そのために、意識してほしいことは、個人ではなく「集団のレベルアップ」です。

陸上競技は、常に周囲と競い合い、男女で協力し合ってこそ、レベルアップするものと考えます。

一人ひとりの「練習に取り組む姿勢」と「試合・記録への思い」を高く持って、

『部員全員が心も体も充実するトレーニング』を実践します。

## 『自律』を目指す ～周りへの感謝と思いやり～

部活動をする事・・・

それは、応援してくれる家族や担任・先生方、競技場や地域の人々の支えがあって初めてできることです。常に「感謝を持った行動」と「思いやり」が大切だと考えます。

世界でも活躍するアスリートの多くは十代の頃から

「周りへの感謝」と「謙虚な姿勢」を常に忘れません。

そのために「自律（自分を律する心）」を身につけていきます。具体的には、

笑顔で元気な挨拶、仲間や周囲の状況に気付いて動く、積極的な行動、プラス思考、グラウンド・競技場への感謝、日々使う道具の管理・整理・愛情、チームウェアの着方・脱ぎ方・置き方、お互いに体調を気遣う・連絡しあう・協力する、周囲のために大切なことをいつも考えている、自分も周りも大切に想う etc.

→ちょっとしたことでも、意識して気をつけると、周囲には伝わるものです。

『考え方』を変えれば、『態度』が変わる。  
『態度』が変われば、『行動』が変わる。  
『行動』が変われば、『人生』が変わる。

## 一人ひとりの夢を、みんなの夢に ～全国優勝！！！！～

自己ベストはもちろん、全道優勝、そして、インターハイ優勝、国体優勝を目指します。

メンタル面、技術面、体力面すべての「総合力」で他を圧倒するチームと一緒に目指しませんか！

2013～大分インターハイ～男子8種競技 5位入賞（北海道新記録）、やり投（決勝進出）

2014～山梨インターハイ～個人4種目（男子：110mH、8種競技、女子：800m、走幅跳）、  
リレー2種目（女子：4継、マイル）出場

2015～和歌山インターハイ～男子三段跳び（自己ベスト）出場

全道新人～女子棒高跳・男子800m、110mH 上位入賞

2016～3大 全国大会出場～岡山インターハイ、全国選抜大会、日本ジュニア選手権

2017～山形インターハイ～男子8種競技、女子棒高跳 出場（いずれも自己ベスト）

2018～三重インターハイ～男子8種競技、棒高跳

2019～沖縄インターハイ～男子110mH、8種競技

2020 IH中止

2021～福井インターハイ～女子1500m、3000m

2022～徳島インターハイ～男子8種競技、女子3000m

2023～北海道インターハイ～男子三段跳

これからも全道、全国はもちろん、世界にはばたくアスリートを目指し、日々精進してまいります。今後とも札幌国際情報高等学校 陸上競技部 をよろしく願いいたします。

**中学生のみなさん、「国際情報」で一緒に陸上競技をしましょう♪**

不明な点は、顧問までご連絡ください。