

部活動名

ラグビー部

部活動に係る活動方針

●活動方針	体力やフィジカル面のパフォーマンス、ラグビーにおける技能の向上に加え、異年齢交流のある組織における人間関係の構築、責任感や主体性、仲間と協働する力の涵養に資する。
●活動目標	秋に開催される花園予選突破を目標としている。 併せて、ラグビー部員としての誇りと責任感を持ち、挨拶等、日常生活における礼儀を重んじる人財、自他を尊重し、集団の中で協働することの出来る人財の育成を目標としている。
●昨年度の活動実績	県総体ベスト4 全国高校大会徳島県予選ベスト4
●活動日と休養日	毎週水曜日と土日のどちらかが休養日

●週間の活動計画

月曜日	体操、回転運動、体幹、ウェイトトレーニング、クロスフィットトレーニング
火曜日	体操、ハンドリング、コンタクト、FW/BK、フィットネス
水曜日	休養日
木曜日	体操、ハンドリング、コンタクト、FW/BK、フィットネス
金曜日	体操、回転運動、体幹、ウェイトトレーニング、クロスフィットトレーニング
土曜日	主に他校との合同練習や練習試合を実施
日曜日	※土日のどちらかは休養日（やむを得ず土日どちらか活動する場合は休養日を別で設ける）

●年間の活動計画（参加予定大会 等）

4月中旬	春季大会
5月GW	AWA Rugby Banquet
5月中旬	7人制大会
6月上旬	県総体
6月中旬	四国総体
9月中旬	1年生強化大会
10月下旬	花園予選
12月下旬	全国大会
1月上旬	新人大会
2月中旬	四国新人大会