TGH.T&F（タカジョりくぶ）が巻き起こす新時代への「WAVE」

「自ら考え、判断し、行動できる選手の育成」には？Athleticsには何が必要か！

高女が推す「高女陸上競技部に身につけて欲しい資質・能力」と勉学&部活動の両立

文武不岐！

高女WAVE

～特別号～



「全員陸上！TEAM高女」

【走る】誰かのためにつなぐバトン・襷！瞬発的・持続的力を身につける

【跳ぶ】跳躍力に加え、強靭なバネ粘り強さを獲得

【投げる】筋力UP『遠く』さらに『遠く』へ『パワー！』

T&F 3つの柱 走跳投 練習！

走りの推進力 跳躍力・筋力の習得

「未来に開かれた主体的練習メニュー」

みんながいるから頑張れる！

R6群馬から東京～福岡が私のトラック&フィールドになる

多様な人々との戦いを通し、関東・インターハイで活躍

「主体的・対話的で深い学び」を実現する充実した部活動

メンタル力・自立・心などの資質を最終的に得る

部活で必須の自ら考え、行動する力を身につける

自信の獲得！