



球磨工業高等学校陸上競技部長距離ブロック

KUMAKO ORANGE EXPRESS

〔パンフレット背景〕 1枚目：城南新人駅伝初優勝写真 2枚目：本校チームロゴ

● 陸上競技部長距離ブロックの指導方針 ～「人間力」の向上～

陸上競技者にとって最も必要とされる力は「人間力」です。これまで本校に入学してきた生徒たちは、決して走力が高い訳ではありませんでしたが、多くの生徒が強豪校の選手と肩を並べられるまでに成長してくれました。力を付けた選手に共通して言えるのが「人間力」の高さでした。この揺るぎない裏付けから、私たちスタッフは「人間力」の向上を部員指導の軸としています。

「人間力」とは自律心、感謝の気持ち、礼儀作法、コミュニケーション能力など様々な要素を含めた言葉です。全ての部員は陸上競技者でありながら、一人の球磨工生であり、一個人であり、人の子でもあります。「人間力」は陸上選手が成長するために最も必要な要素であると共に、自らがおかれるどの立場においても、共通して最も必要とされる力の一つであると言えます。卒業後、生徒たちは就職や進学でそれぞれの人生を一社会人として羽ばたいていきますが、「人間力」を備えた人間は、組織から重宝され、可愛がられ、評価されています。「人間力」を向上させ、球磨工業高校の顔となり、いかなる場面においても即戦力となれる人材の育成を行っています。

● 新チームのテーマ 「王者への挑戦 ～最強の挑戦者を目指す～」

レジェンドメンバーが卒業し、「育成の年」と位置づけて臨んだ今年の高校駅伝は生徒たちの頑張りで7位入賞という結果でした。中学時代3000m10分を切るか切らないかの子たちが主力というチームでの結果は1、2年生に自信を与えるものでした。現在、熊本県の駅伝界は1強時代、2位以下は混戦模様となっています。我々のような郡部の学校にもチャンスが巡ってきています。3年計画の2年目となる新チームは王者に対し「最強の挑戦者」となれるよう1日24時間をトレーニングと捉えて、競技に取り組んでいきます。

● 練習内容

ロング jog、ペース走、ビルドアップ、インターバル、変化走、サーキット、坂ダッシュ、
クロスカントリー、レペテーション、動き作り、補強

※ 毎年夏休みには800km～1000km程の走り込みを行っています。

※ 毎年夏は強豪校との合宿に参加させていただいています。

※ 駅伝学校への進学希望者は大学の夏合宿に参加をさせていただいています。

● 活動場所

〈平日〉

本校グラウンド、村山公園、山江ロード、本校周回コース、校舎セントラルパーク
チェリーゴルフコース

〈休日〉

森園公園（岡原）、各競技場（小林、うますた、八代）

● 大会実績（過去4年間）

平成23年度熊本県高校駅伝 9位
平成23年度城南地区高校駅伝 優勝（初優勝）
平成24年度熊本県高校駅伝 6位（本校最高、県立学校第1位）
平成24年度高校クロスカン トリー団体の部 6位
平成24年度城南地区高校駅伝 優勝（2連覇）
平成25年度熊本県高校駅伝 15位
平成25年度高校クロスカン トリー団体の部 6位
平成25年度城南地区新人駅伝 優勝（3連覇）
平成26年度熊本県高校駅伝 7位（本校歴代2番目）
平成26年度高校クロスカン トリー団体の部 7位
平成26年度城南新人駅伝 優勝（4連覇）

● 在学生出身中一覽

3年：山江(1)、錦(2)、上(1)、多良木(1)
2年：人吉第二(3)、山江(1)、錦(3)、あさぎり(1)、多良木(1)
1年：人吉第二(1)、あさぎり(1)、多良木(1)、球磨(1)
合計：17名

● 卒業生進路実績（過去4年間）

平成23年度：(株)東芝浜川崎工場【神奈川】、(株)デンソー【愛知】
平成24年度：熊本工業専門学校【熊本】、陸上自衛隊【公務員】、(株)トッパンテクノ【東京】
鹿島道路(株)【東京】、那須セメント工業(株)【多良木】、東京急行電鉄【東京】
平成25年度：日産車体(株)【神奈川】、東京都庁（機械）【東京】、陸上自衛隊【公務員】
東京ビジネスサービス(株)【東京】、(株)ジェイペック【東京】
山崎製パン(株)【東京】、九州旅客鉄道(株)【福岡】、拓殖大学【東京】
熊本学園大学【熊本】
平成26年度：住友ゴム工業(株)宮崎工場【宮崎】、JFEスチール(株)知多製造所【愛知】、
マツダ(株)（技能職）【広島】、アイシン・エイ・ダブリュ【愛知】、
陸上自衛隊【公務員】

※ 本校は進路保証に関して絶大な自信を持っています。陸上競技部では大学進学や実業団にも道があります。国立大学を目指す人は勉強を頑張れば推薦をもらって学科試験なしの入試を受けることができます。また、大企業合格者や公務員を陸上競技部から多数輩出しています。

● 最後に

熊本県では毎年、熊本市内の学校が全国大会に出場しています。同じ高校生である以上、私たちもチャンスはあるはずです。「人吉球磨から都大路へ」を合言葉に、全力でチャレンジしていきたいと思います。熊本県高校長距離界の常識を覆すチームとなるために、中学生の皆さんの入部をお待ちしています！

一緒に都大路を目指して頑張りましょう！！