



# アスリートコース

トップアスリートを養成する

- 充実した専用施設で情熱あふれる指導者に学べる。
- トップアスリートとしての精神や技術を身につける。

## Special Points

### 1 強化指定部

アスリートコースの生徒は必ず次の指定部に所属し、体力や精神力、技術力を磨きます。

#### 男子指定部

- 硬式野球
- サッカー
- ソフトテニス
- 陸上競技

#### 女子指定部

- ソフトテニス
- ソフトボール
- 陸上競技
- 剣道
- バレーボール
- サッカー

※ 強化指定部はアスリートコース以外の生徒も入部できます。野球部については、事前相談が必要です。

### 2 週4時間の選択実技と専門的な授業

週に2日、2時間ずつ行われる選択実技では、レベルの高い運動技術を習得できます。また、運動に使われる筋肉の動きや運動前後の食事の摂り方など、競技力向上に役立つ理論も学べます。

### 4 文武両道の徹底

挨拶・礼儀の指導はもちろん、自分の目指す大学・実業団に進めるよう、競技実績を上げるだけでなく確かな学力を身につけることに重点を置いています。

### 3 第一人者による講演会を定期的に実施

2018年度はメンタルトレーニングとして東海大学の髙妻先生、競技者として平昌オリンピックスピードスケート金メダリストの佐藤選手を講師にお招きし、講演していただきました。

## 【Student's Voice】

### 競技も勉強も妥協しない

練習はもちろん、勉強にも打ち込めるのがアスリートコースです。練習に打ち込むために、毎日の授業にはみんな集中して取り組んでいます。勉強時間の確保もできるので、多くの人が文武両道を達成しています。男女仲が良く、何事にも全力で取り組むアスリートコースの雰囲気は、部活動にも良い影響を与えています。

不破 聖衣来さん  
(高崎市立大類中学校出身)

### 最高の仲間と出会う場所

練習環境や学習環境が整っていて、施設も充実しているところが健大高崎の良いところです。アスリートコースでは他の部活動に所属している仲間から刺激を受けることも多く、競い合い、励まし合いながら自分を高めることができます。アスリートコースは活気があって、私にとっては最高の環境です！

笠原 拓人さん  
(宮城県古川黎明中学校出身)

## 【Curriculum】

2021年度入学者教育課程表(全日制普通科アスリートコース)予定

| 教科        | 科目            | 1年 | 2年 | 3年 | 計  |
|-----------|---------------|----|----|----|----|
| 国語        | 国語総合          | 4  |    |    | 4  |
|           | 現代文B          |    | 3  | 3  | 6  |
|           | 古典B           |    | 2  | 2  | 4  |
| 地理歴史      | 世界史A          | 2  |    |    | 2  |
|           | 日本史B          |    | 2  | 3  | 5  |
| 公民        | 現代社会          |    |    | 2  | 2  |
|           | 政治・経済         |    | 2  |    | 2  |
| 数学        | 数学I           | 3  |    |    | 3  |
|           | 数学II          |    | 3  | 3  | 6  |
|           | 数学A           | 2  |    |    | 2  |
|           | 科学と人間生活       | 2  |    |    | 2  |
| 理科        | 化学基礎          |    | 2  |    | 2  |
|           | 生物基礎          |    | 2  |    | 2  |
|           | 生物            |    |    | 4  | 4  |
| 保健体育      | 体育            | 2  | 2  | 3  | 7  |
|           | 保健            | 1  | 1  |    | 2  |
| 芸術        | 音楽I           | 2  |    |    | 2  |
|           | コミュニケーション英語I  | 4  |    |    | 4  |
| 外国語       | コミュニケーション英語II |    | 4  |    | 4  |
|           | 英語表現I         |    |    | 3  | 3  |
| 家庭        | 家庭基礎          | 2  |    |    | 2  |
|           | スポーツ栄養学       |    | 1  |    | 1  |
| 情報        | 社会と情報         |    |    | 2  | 2  |
|           | 選択実技          | 4  | 4  | 4  | 12 |
| 体育        | スポーツ概論        | 1  | 1  |    | 2  |
|           | 小計            | 29 | 29 | 29 | 87 |
| 総合的な探求の時間 | 総合的な探求の時間     | 1  | 1  | 1  | 3  |
|           | ホームルーム        | 1  | 1  | 1  | 3  |
|           | 合計            | 31 | 31 | 31 | 93 |

## 【主な実績】

(2019年度)

|                         | 団体結果                        | 個人結果     |
|-------------------------|-----------------------------|----------|
| <b>ソフトボール部</b>          |                             |          |
| 全国私立高校女子ソフトボール大会        | 出場・中止                       |          |
| 全国高校女子ソフトボール選抜大会        | 出場・中止                       |          |
| <b>バレーボール部</b>          |                             |          |
| 春高バレー群馬県予選              | ベスト8                        |          |
| <b>ソフトテニス部</b>          |                             |          |
| 県高校総体                   | 3位                          |          |
| 男子 全国高校総体県予選            | 3位                          | (ダブルス)優勝 |
| 全国高校総合体育大会              |                             | 出場       |
| 新人ソフトテニス大会              | 優勝                          | 3位       |
| 女子 全国高校総合体育大会           |                             | 出場       |
| 全国高校選抜ソフトテニス大会          | 出場・中止                       |          |
| <b>陸上競技部</b>            |                             |          |
| 県高校総体                   | 男子800m優勝<br>1500m3位・3000m3位 |          |
| 県高校駅伝                   | 男子4位・女子準優勝                  | 女子4・5区間賞 |
| 東日本女子駅伝                 | 6位                          | 2名代表選出   |
| 全国都道府県対抗女子駅伝競走大会        | 7位                          | 2名代表選出   |
| <b>剣道部</b>              |                             |          |
| 全国高校総合体育大会              |                             | 出場       |
| 全国選抜大会                  | 出場・中止                       |          |
| 県高校総体                   | 準優勝                         | 準優勝、3位   |
| 全国高校総体県予選               | 準優勝                         | 優勝、3位    |
| <b>サッカー部</b>            |                             |          |
| 全国高校総体県予選               | 準優勝                         |          |
| 男子 全国高等学校サッカー選手権大会群馬県大会 | 準優勝                         |          |
| 高円宮JFAU-18リーグ2019群馬1部   | 準優勝                         |          |
| 県高校総体                   | 準優勝                         |          |
| 第28回 関東高等学校女子サッカー選手権大会  | 第6位                         |          |
| 第28回 全日本高等学校女子サッカー選手権大会 | 出場                          |          |
| <b>硬式野球部</b>            |                             |          |
| 春季関東地区高等学校野球大会群馬県予選     | 準優勝                         |          |
| 春季関東地区高等学校野球大会          | 出場                          |          |
| 秋季関東地区高等学校野球大会群馬県予選     | 3位                          |          |
| 秋季関東地区高等学校野球大会          | 優勝                          |          |
| 明治神宮野球大会                | 準優勝                         |          |

## 【Q&A】

### Q どのような授業を行いますか？

A アスリートコース特有の「選択実技」や「スポーツ概論」、「スポーツ栄養学」という授業のほか、大学受験に対応した授業を行います。部活動の実績だけでなく、学業面でも頑張り、大学進学を目指すことも可能です。他のコースとは異なり、文系理系には分かれないため、文系理系どちらにも進学可能なカリキュラムが組まれています。

### Q クラスの雰囲気はどうか？

A アスリートコースは、男女ともに同じ志を持つ仲間が多いこともあり、とにかく元気です。この元気が、学校全体をリードしています。

### Q 寮はありますか？

A あります。男子合宿所(健心館)、女子寮(藤寮)が学校敷地内に完備されています(P32)。食事も1日3食が提供され、安心して生活することができますので、県外からの入学者も多数在籍しています。

### Q 他コースに入れる可能性はありますか？

A できません。アスリートコースの生徒は、3年間特定の部に所属し、部活動と勉強の両立を目指します。

## 校時表 (2020年度参考)

| SHR  | 1限   | 2限    | 3限    | 4限    | 昼休み   | 5限    | 6限    |
|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 8:50 | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 12:50 | 13:30 | 14:30 |
| 9:00 | 9:50 | 10:50 | 11:50 | 12:50 | 13:30 | 14:20 | 15:20 |

授業終了後、15分の清掃、5分のSHR後、放課

## Graduate

### 日本女子体育大学 体育学部 運動科学科 進学

アスリートコースでは、特に部活動に力を入れており、充実した設備や環境の中で、高い目標をもった仲間と日々熱心に競技に取り組んでいます。また、技術の向上だけでなく、挨拶や礼儀など、社会に通じる人間性を身につけることも大切にしています。文武両道の精神に基づき勉学にも力を入れ、スポーツ系に限らず様々な方向の進路を目指すことができます。健大高崎の先生方は部活動にも進路に向けても熱心に指導してくださり、充実した3年間を送ることができました。

2020年3月卒業 岡安 明日香さん(ソフトテニス部)(杉戸町立広島中学校出身)

