

江戸川区立小松川第二中学校 男子バスケットボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問：安倍 弓唯樹 花島 伸一

校長：星谷 雅俊

活動方針	自分たちが設定した目標達成にむけて、ひたむきに努力し全力で取り組むことを学ぶ。バスケットのスキルアップばかりでなく、学校生活において信頼される行動をすることや仲間を大切にすることにも全力で取り組み、応援されるチームを目指していく。			
部員数	50名			
活動日	月・水・木・金（土・日 大会等の日程による）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16：00～解散 17：45	冬季	集合 16：00～解散 17：45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 8：00～解散 12：00	午後 実施	集合 13：00～解散 17：00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・トレーニング・練習試合		
	5月	基礎練習・トレーニング・練習試合		
	6月	基礎練習・トレーニング・練習試合		区夏季総体
	7月	基礎練習・トレーニング・練習試合		区夏季総体 都大会
	8月	基礎練習・トレーニング・練習試合		秋季区民大会 U15 リーグ戦
	9月	基礎練習・トレーニング・練習試合		区新人大会 U15 選手権大会
	10月	基礎練習・トレーニング・練習試合		区新人大会
	11月	基礎練習・トレーニング・練習試合		
	12月	基礎練習・トレーニング・練習試合		
	1月	基礎練習・トレーニング・練習試合		都新人大会
	2月	基礎練習・トレーニング・練習試合		区連盟杯 墨東5区選抜大会
3月	基礎練習・トレーニング・練習試合		区連盟杯	
安全指導・ 配慮等について	基礎トレーニングや身体の使い方を専門のトレーナーに指導してもらい、練習や試合中にケガをしにくい身体づくりをしていく。 熱中症やオーバーワークによるケガにつながらないように、練習メニューを工夫していく。			

