

## 江戸川区立松江第一中学校 チャレンジ 部 活動方針、年間の活動計画

顧問： 宮脇亮太、小野寺祐樹、工藤春奈

校長： 瀬戸 完一

活動方針	基本的体力をつけ、身体づくりをする。身体の巧緻性を高める。			
部員数 (令和7年5月現在)	34 名			
活動日	月・木・金			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16:00 ~ 解散:17:00	冬季	集合 16:00 ~ 解散 17:00
活動時間 (週休日)	午前 実施	なし	午後 実施	なし
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	5月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	6月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	7月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	8月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	9月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	10月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		都陸上競技大会
	11月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	12月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	1月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		都バスケットボール大会
	2月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
	3月	基礎体力作り、体幹トレーニング他		
安全指導 配慮等について	生徒の健康確認、道具の安全、練習場の安全			