

江戸川区立松江第三中学校 ソフトテニス部 活動方針、年間の活動計画

活動方針	①テニスの技能を高め体力や運動能力を伸ばすと共に、マナーやスポーツマンシップも学ぶ。 ②忍耐力や集中力を養い、チームワークや協調・寛容の精神も培う。 ③学年を越えた活動を通して、責任感や好ましい上下関係を身につける。 ④自主的・自発的に活動することにより、主体性・自治的能力を高める。			
活動日	月・水・木・土曜日 ※大会直前の金曜日、大会当日の日曜日に活動が入る可能性あり			
活動時間 (平日)	夏季	集合16:00～解散18:30	冬季	集合16:00～解散18:00
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 9:00～解散12:00	午後 実施	集合13:00～解散16:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・ゲーム形式練習		
	5月	基礎練習・ゲーム形式練習		6ブロック研修会
	6月	基礎練習・ゲーム形式練習		夏季総合体育大会
	7月	基礎練習・ゲーム形式練習		東京都選手権
	8月	基礎練習・ゲーム形式練習		秋季区民大会(学年別・シード権)
	9月	基礎練習・ゲーム形式練習		秋季総合体育大会
	10月	基礎練習・ゲーム形式練習		東京都新人大会
	11月	基礎練習・ゲーム形式練習		
	12月	基礎練習・ゲーム形式練習		
	1月	基礎練習・ゲーム形式練習		1年生大会
	2月	基礎練習・ゲーム形式練習		1年6ブロック・団体研修会
	3月	基礎練習・ゲーム形式練習		春季区民大会
安全指導・ 配慮等について	① 最長30分ごとに水分補給を行う。 ② 土曜日、朝食を食べていない生徒は練習に参加させない。 ③ コロナ対策として、大声を出さない、準備・片付け時に消毒を行う、 ハイタッチなど身体的接触をしない、雨天時の筋トレは行わないなど。			