

江戸川区立松江第三中学校 バスケットボール部活動方針、年間の活動計画

活動方針	体力向上とチームワークの精神を養う。			
活動日	月・火・土（体育館使用）、金（校内でのトレーニング・体育館 隔週）			
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8:30～解散11:30	午後 実施	集合11:30～解散14:30 ※冬季は解散17:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習 練習試合		
	5月	基礎練習 練習試合		
	6月	基礎練習 練習試合		夏季総体（3年引退）
	7月	基礎練習 練習試合		
	8月	基礎練習 練習試合		区民大会
	9月	基礎練習 練習試合		秋季総体（新チーム）
	10月	基礎練習 練習試合		
	11月	基礎練習 練習試合		
	12月	基礎練習 練習試合		
	1月	基礎練習 練習試合		連盟杯
	2月	基礎練習 練習試合		
	3月	基礎練習 練習試合		
安全指導・ 配慮等について	<p>① けがの防止及び活動内容が生徒の過度な負担とならないよう、ストレッチなどを行い、練習時間があまりにも長くなることが内容に配慮しております。</p> <p>② 活動時は、ドアを開放し、ジェルなどで手の殺菌を行なっています。</p>			