

## 江戸川区立葛西第二中学校 卓球部 活動方針、年間の活動計画

顧問：小宮 真理可、本間 慎之助

校長：植木 清

活動方針	基礎体力及び卓球の基本技術の向上を図ると共に、礼儀や人間関係について学ぶ。			
部員数 (令和8年4月現在)	3年生 15名、2年生 17名、1年生(未定)名			
活動日	月、火、木、金 週休日：水、土、日 ※ 大会により土、日に活動することもある。			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16:00～解散 18:00	冬季	集合 16:00～解散 18:00
活動時間 (週休日)	午前 実施		午後 実施	
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	練習、練習試合		春季区民体育祭
	5月	練習、練習試合		
	6月	練習、練習試合		夏季総合体育大会 東京都中学校春季卓球大会
	7月	練習、練習試合		東京都中学校卓球選手権大会
	8月	練習、練習試合		
	9月	練習、練習試合		秋季総合体育大会
	10月	練習、練習試合		
	11月	練習、練習試合		秋季区民体育祭
	12月	練習、練習試合		東京都中学校新人卓球大会(個人)
	1月	練習、練習試合		江戸川区招待卓球大会区内選考会 東京都中学校新人卓球大会(団体)
	2月	練習、練習試合		
	3月	練習、練習試合		江戸川区招待卓球大会
安全指導・ 配慮等について	怪我の防止のため、準備運動やストレッチをしっかりと行う。練習中の怪我に注意をする。熱中症予防のため、水分をこまめに補給させる。			