

江戸川区立南葛西第二中学校 卓球部 活動方針、年間の活動計画

顧問：竹腰 英貴・川島 拓真

校長：古澤 浩一

活動方針	卓球の技能の向上を目指すとともに、礼儀やあいさつを身につけ、ルールのもとで公平・公正に活動できる力を養う。			
部員数	3年：2名 2年：4名 1年：10名 計16名			
活動日	活動日：月・火・水・金・(土) 休養日：木・日・(土)			
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 8:00～解散 11:00	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	校内練習、大会参加		春季区民大会
	5月	校内練習、大会参加		春季区民大会
	6月	校内練習、大会参加		夏季総合体育大会
	7月	校内練習、大会参加		都選手権大会
	8月	校内練習		
	9月	校内練習、大会参加		秋季総合体育大会
	10月	校内練習		
	11月	校内練習		
	12月	校内練習、大会参加		秋季区民大会、都新人卓球大会
	1月	校内練習、大会参加		都区部新人卓球大会
	2月	校内練習		
	3月	校内練習、大会参加		江戸川区招待卓球大会
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ障害の防止を考え、活動前後に、体操、ストレッチを取り入れる。 ・けがや体調不良が感じられる場合は無理をせず休息をとらせる。 ・夏場の活動では、こまめに休憩をとらせ、換気をおこない熱中症予防につとめる。 			