

江戸川区立西葛西中学校 卓球部 活動方針、年間の活動計画

活動方針	① 卓球を通して心身ともにたくましい生徒を育てる。 ② 保護者、チームメイト、対戦相手への敬意と感謝の気持ちをもつ。			
部員数 (平成7年4月25日現在)	3年生 9 名 2年生 13 名 1年生 9 名 計 31 名			
活動日	月、火、木、金、土または日 ※水、土または日は休養日			
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～解散 3時間程度	午後 実施	集合～解散 3時間程度
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	1 年本入部開始 基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(春シード権大会兼都選手権大会 予選会)
	5月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		
	6月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(夏季総合体育大会)
	7月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(都選手権大会)
	8月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		
	9月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(秋季総合体育大会 兼秋季区民体育祭 兼都区部新人卓球大会予選会)
	10月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		
	11月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		
	12月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(シード権大会) (都新人卓球大会)
	1月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(都区部新人卓球大会)
	2月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		
	3月	基礎打ち、課題練習、ゲーム練習		(江戸川区招待卓球大会)
安全指導・ 配慮等について	・練習開始前に十分な準備体操（ストレッチ等）を行う。 ・練習中は十分な換気を行う。			