

江戸川区立西葛西中学校 男子バスケットボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問： 内藤幸祐 蓮本真紀 浅野匡俊 倉持和希

校長：川崎 純一

| | | | | |
|---------------------|---------------------------------|-------------------|----------|-------------------|
| 活動方針 | 心・技・体を鍛え、努力を惜しまない力と、仲間との切磋琢磨で育む | | | |
| 部員数 (令和6年5月2日現在) | 男子 3年生11名、2年生8名、1年生10名 計29名 | | | |
| 活動日 | 月、火、水、金、土か日 ※木 土か日は休業日 | | | |
| 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 7:00~解散 11:00 | 午後 実施 | 集合 13:00~解散 17:00 |
| 主な活動予定 | 月 | 活動予定 | | 大会等 |
| | 4月 | 1年生本入部開始 | | なし |
| | 5月 | 基礎練習 | | |
| | 6月 | 基礎練習 | | 夏季総合体育大会 |
| | 7月 | 基礎練習 | | |
| | 8月 | 基礎練習 練習試合 | | |
| | 9月 | DF練習 | | 秋季総合体育大会 |
| | 10月 | DF練習 | | |
| | 11月 | DF練習 | | |
| | 12月 | OF練習 練習試合 | | |
| | 1月 | OF練習 | | 1年生大会 |
| | 2月 | OF練習 | | 連盟杯 |
| | 3月 | 総合練習 | | |
| 安全指導・ 配慮等について | ①練習前のストレッチ、体幹トレーニング等準備をしっかりと行う。 | | | |