

## 江戸川区立東葛西中学校 サッカー部 活動方針、年間の活動計画

顧問：渡邊 篤、菊池 真孝

校長：山田 尚孝

活動方針	サッカーを愛好する者同士が共に技術を磨くとともに、チームの一員として協力する精神を養う。学習と部活動を両立して、学校やクラスに貢献できる人間を育成する。			
部員数 (令和6年5月9日現在)	3年生 7名 2年 18名 1年生 7名 計 32名			
活動日	月、火、木、金、(土)、(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18:00	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13:00～解散16:00 ※冬季は解散16:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	上記活動予定と同様		
	5月	上記活動予定と同様		
	6月	上記活動予定と同様		夏季総体予選(区、支部)
	7月	上記活動予定と同様		夏季総体(都)
	8月	夏季休業中は週休日の活動時間で行う		
	9月	上記活動予定と同様		秋季総体(新人戦)予選(区)
	10月	上記活動予定と同様		秋季総体(新人戦)予選(区、支部) 【秋季区民大会】
	11月	上記活動予定と同様		秋季総体(新人戦)予選(支部) 秋季総体(新人戦)(都)
	12月	夏季休業中は週休日の活動時間で行う		秋季総体(新人戦)(都) 1月リーグ
	1月	上記活動予定と同様		1月リーグ
	2月	上記活動予定と同様		1月リーグ
	3月	上記活動予定と同様		1月リーグ
安全指導・ 配慮等について	入念なストレッチを、ウォーミングアップとクールダウンで徹底して行う。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。			

## 江戸川区立東葛西中学校 野球部 活動方針、年間の活動計画

顧問：志村 淳

校長：山田 尚孝

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 応援されるチームになること</li> <li>・ 自律と自立</li> <li>・ 変化の激しい時代を生き抜く資質・能力の育成</li> </ul>			
部員数 (令和6年5月7日現在)	3年生 7名 2年 11名 1年生 9名 計 27名			
活動日	月、水、木、金、土、			
活動時間 (平日)	夏季	活動終了後～18:00 完全下校	冬季	活動終了後～18:00 完全下校
活動時間 (週休日)	午前 実施	校庭等の状況により 4 時間程度	午後 実施	校庭等の状況により 4 時間程度
主な活動予定	月	活動予定		
	4月	春季区民大会（軟式野球連盟主催）		
	5月	通常練習・練習試合等		
	6月	夏季総合体育大会（夏の大会）		
	7月	都大会		
	8月	夏季練習試合		
	9月	秋季総合体育大会（秋の新人戦）		
	10月	都大会		
	11月 12月 1月 2月	通常練習・体力強化・練習試合等		
3月	通常練習・練習試合等			
安全指導・ 配慮等について	休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。 競技の特性を踏まえ、投球数や間隔に十分に配慮する。			

## 江戸川区立東葛西中学校 男子ソフトテニス部 活動方針、年間の活動計画

顧問：鈴木 秀貴、佐藤 大樹、三浦 昇三

校長：山田 尚孝

活動方針	○ソフトテニスを通して、競技力や人間性の向上を目的として活動を行う。 ○学習と部活動を両立して、学校やクラスに貢献できる人間を育成する。			
部員数 (令和6年5月11日現在)	3年生 9名 2年 11名 1年生 17名 計 37名			
活動日	月、火、水、金、(土)、(日) ※木、土または日は休養日			
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	集合8:30～解散11:30	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	上記活動予定と同様		
	5月	上記活動予定と同様		研修大会
	6月	上記活動予定と同様		夏季総体(区)
	7月	上記活動予定と同様		夏季総体(都大会)
	8月	夏季休業中は週休日の活動時間で行う		秋季区民大会
	9月	上記活動予定と同様		秋季総体(区)
	10月	上記活動予定と同様		秋季総体(都大会)
	11月	上記活動予定と同様		秋季総体(都大会)
	12月	冬季休業中は週休日の活動時間で行う		
	1月	上記活動予定と同様		区内研修大会
	2月	上記活動予定と同様		研修大会
	3月	上記活動予定と同様		春季区民大会
安全指導・ 配慮等について	活動前のウォーミングアップを徹底して行う。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。練習を行う上での安全指導(球出しの位置など)を徹底して行い、怪我防止に努める。			

## 江戸川区立東葛西中学校 女子ソフトテニス部 活動方針、年間の活動計画

顧問：鈴木 秀貴、佐藤 大樹、三浦 昇三

校長：山田 尚孝

活動方針	○ソフトテニスを通して、競技力や人間性の向上を目的として活動を行う。 ○学習と部活動を両立して、学校やクラスに貢献できる人間を育成する。			
部員数 (令和6年5月11日現在)	3年生 15名 2年 12名 1年生 10名 計 37名			
活動日	月、火、水、金、(土)、(日) ※木、土または日は休み			
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	集合9:00～解散12:00	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	上記活動予定と同様		
	5月	上記活動予定と同様		
	6月	上記活動予定と同様		夏季総体予選(区)
	7月	上記活動予定と同様		夏季総体(都大会)
	8月	夏季休業中は週休日の活動時間で行う		秋季区民大会
	9月	上記活動予定と同様		秋季総体(区)
	10月	上記活動予定と同様		秋季総体(都大会)
	11月	上記活動予定と同様		秋季総体(都大会)
	12月	冬季休業中は週休日の活動時間で行う		
	1月	上記活動予定と同様		区内研修会
	2月	上記活動予定と同様		研修大会
	3月	上記活動予定と同様		春季区民大会
安全指導・ 配慮等について	活動前のウォーミングアップを徹底して行う。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。練習を行う上での安全指導(球出しの位置など)を徹底して行い、怪我防止に努める。			

## 江戸川区立東葛西中学校 卓球部 活動方針、年間の活動計画

顧問：笠原綾華 菊池真拳

校長：山田尚孝

活動方針	運動が得意な者も苦手な者も、卓球部の活動を通して、運動に親しみを持つとともに、集団の一員として協力する精神を養う。学習と部活動を両立して、学校やクラスに貢献できる人間を育成する。			
部員数 (令和6年5月7日現在)	3年生 10名 2年 23名 1年生 22名 計 55名			
活動日	月・火・水・金・土日（大会前は木も活動する場合もあり）			
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	集合9:00～解散12:00	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	上記活動予定と同様		春季区民体育祭
	5月	上記活動予定と同様		春季区民体育祭
	6月	上記活動予定と同様		夏季総合体育大会
	7月	上記活動予定と同様		東京都選手権大会
	8月	夏季休業日の活動時間で行う		
	9月	上記活動予定と同様		秋季総合体育大会
	10月	上記活動予定と同様		
	11月	上記活動予定と同様		
	12月	冬季休業日の活動時間で行う		秋季区民大会 東京都新人卓球大会
	1月	上記活動予定と同様		
	2月	上記活動予定と同様		
	3月	上記活動予定と同様		江戸川区招待卓球大会
安全指導・ 配慮等について	入念なストレッチを行う。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。			

## 江戸川区立東葛西中学校 剣道部 活動方針、年間の活動計画

顧問：山崎 龍一 近藤裕美子

校長：山田 尚孝

活動方針	剣道を真剣に取り組み、礼儀作法（元気なあいさつ・大きな返事）を身につけ、体力の向上と人間性の向上を図り、多くの人から応援される人・チームになる。 江戸川区各大会優勝 ブロック大会優勝 都大会ベスト8			
部員数 (令和6年5月2日現在)	3年生 4名 2年 5名 1年生 10名 計 19名			
活動日	月、火、木、金、土、(日) ※水、日は休養日(大会がある場合には日も活動する)			
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	集合7:00～解散11:00 *体育館使用状況によって変わる	午後 実施	集合13:00～解散15:00 *体育館使用状況によって変わる
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	新入生歓迎 仮入部 正式入部 2・3年生公式戦対策 1生基礎練習		10ブロック錬成大会
	5月	部活動保護者会 2・3年生公式戦対策 1生基礎練習		会長杯6ブロック予選会
	6月	2・3年生公式戦対策 1生基礎練習		東京都剣道連盟会長杯 6ブロック夏季大会
	7月	引退式 新キャプテン選出 新チーム練習開始		区夏季総体・1級審査会 小中学夏季錬成練習会 ジュニア錬成大会 東京都総合体育・選手権大会
	8月	新チーム体制確立		
	9月	基礎技能向上練習		10ブロック錬成大会 6ブロック錬成大会 区秋季総体・秋季区民大会
	10月	公式戦対策		第6ブロック秋季大会
	11月	基礎体力強化月間		東京都秋季大会 昇段審査・東京都秋季大会
	12月	基礎体力強化月間		9ブロック錬成会
	1月	基礎体力強化月間		
	2月	技術力向上月間		区冬季大会・6ブロック錬成会
	3月	技術力向上月間 3年生送別会 新入部員歓迎準備		
安全指導・ 配慮等について	休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。			

江戸川区立東葛西中学校 男子バスケットボール部  
活動方針、年間の活動計画

顧問：小川 元喜 深田 貴恵

校長：山田 尚孝

活動方針	バスケットボールを通して、個人の技術の向上だけでなく、チームメイトとの関わりから、集団としての成長を目指す。			
部員数 (令和7年5月9日現在)	第3学年 13名 第2学年 10名 第1学年 11名 計34名			
活動日	火・水・木・金・(土)・(日) ※月、土または日は休養日			
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	集合 9:00 ~ 解散 13:00	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	組織的な練習		
	5月	総合的な練習		
	6月	総合的な練習		夏季総合体育大会
	7月	総合的な練習		東京都大会
	8月	基礎の定着 個人技の強化		秋季区民大会
	9月	個人技の強化 判断力の強化		秋季総合体育大会
	10月	基礎の定着 個人技の強化		
	11月	基礎の定着 個人技の強化		
	12月	個人技の強化 判断力の強化		
	1月	判断力の強化 組織的な練習		東京都大会 江戸川区連盟杯
	2月	判断力の強化 組織的な練習		江戸川区連盟杯
	3月	組織的な練習		
安全指導・ 配慮等について	<p>動的ストレッチを取り入れアップを行う。</p> <p>無理な走り込みによる走力強化ではなく、バスケットを通して運動量を確保する。</p> <p>給水や休憩時間を取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮をする。</p>			

## 江戸川区立東葛西中学校 女子バスケットボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問：樋口 雅・田頭 敦子

校長：山田 尚孝

活動方針	競技力の向上と、協調性や礼儀を身につける。 学習面にも全力で取り組む集団を形成する。			
部員数 (令和7年5月8日現在)	3年生 10名 2年 7名 1年生 10名 計27名			
活動日	月、火、水、金、(土)、(日)			
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	集合 8:00～解散 12:00	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	基本練習、体力づくり、実践練習		
	5月	上記活動予定と同様		
	6月	上記活動予定と同様		夏季総体
	7月	上記活動予定と同様		都大会
	8月	夏季休業中は週休日の活動時間で行う		秋季区民大会
	9月	上記活動予定と同様		秋季総体
	10月	上記活動予定と同様		
	11月	上記活動予定と同様		
	12月	冬季休業中は週休日の活動時間で行う		オープン戦参加予定
	1月	上記活動予定と同様		都大会(新人大会)
	2月	上記活動予定と同様		
	3月	上記活動予定と同様		連盟杯
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・念入りのストレッチを、ウォーミングアップとクールダウンで徹底して行う。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。</li> <li>・ボール等の用具の管理を徹底する。</li> </ul>			

## 江戸川区立東葛西中学校 水泳部 活動方針、年間の活動計画

顧問：島崎 洋一 北川 里桜 早坂 浩一

校長：山田 尚孝

活動方針	① 生徒の自主的・自発的な参加により、各自がそれぞれの目標を持ち、水泳競技に親しみ、責任感や他の仲間たちとの連帯感を持って、心身ともに健全な活動を行うことを目的とする。 ② 運動部として、「みそあじ」が出来るように徹底する。 ③ 水泳競技ということで命にかかわるため、安全には十分に配慮し活動を行う。			
部員数 (令和6年5月7日現在)	3年生 8名 2年 4名 1年生 9名 計 21名			
活動日	月、火、木、金、(土)、(日) ※水、土または日は休養日。夏季技能練習時のみ活動日が増える。			
活動時間 (平日)	夏季	活動終了後～18:00完全下校	冬季	活動終了後～18:00完全下校
活動時間 (週休日)	午前 実施	9:00～12:00	午後 実施	なし
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎トレーニング		
	5月	夏季技能練習 (5/13からプール使用予定)		
	6月	夏季技能練習		
	7月	夏季技能練習		<b>選手権大会(7月12日・13日)</b>
	8月	夏季技能練習		
	9月	夏季技能練習		<b>区民大会(9月7日) 学年別大会(9月13日・14日)</b>
	10月	基礎トレーニング		
	11月	基礎トレーニング		
	12月	基礎トレーニング		
	1月	基礎トレーニング		
	2月	基礎トレーニング		
	3月	基礎トレーニング		
安全指導・ 配慮等について	プールに入るときには必ず教員のいるときに限る。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我・体調不良に配慮する。			

## 江戸川区立東葛西中学校 陸上競技部 活動方針、年間の活動計画

顧問：園部 裕気、原 千代子

校長：山田 尚孝

活動方針	部活動を通して、社会的なルールを学び、礼儀や協調性を育む。生徒が自主性をもって練習に取り組む姿勢を作る。陸上競技の技術と基礎体力の向上を目指す。			
部員数 (令和6年5月2日現在)	3年生 16名 2年生 14名 1年生 23名 計 53名			
活動日	月、火、木、金、土、(日) ※水、日は休養日(大会がある場合には日も活動する)			
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	集合7:00～解散12:00 *校庭の使用状況によって変わる	午後 実施	集合13:00～解散16:00 *校庭などの状況によって変わる
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	ランニング、ダッシュ、長距離走、種目練習 など		江戸川オープン
	5月	上記活動予定と同様		地域別大会 江戸川春季
	6月	上記活動予定と同様		地域別大会
	7月	上記活動予定と同様		総合体育大会(都大会) 通信大会(都大会)
	8月	夏季休業中は週休日の活動時間で行う		
	9月	上記活動予定と同様		江戸川秋季
	10月	上記活動予定と同様		
	11月	上記活動予定と同様 *体力づくりが多くなる		都駅伝
	12月	冬季休業中は週休日の活動時間で行う		
	1月	上記活動予定と同様		都ロードレース大会
	2月	上記活動予定と同様		
	3月	上記活動予定と同様		
安全指導・ 配慮等について	ウォーミングアップとクールダウンを徹底して行う。給水や休憩時間などを適切に取り入れ、熱中症や疲労による怪我に配慮する。専門種目の練習の際には、練習内容と量を適宜コントロールする。			

## 江戸川区立東葛西中学校 男子バレーボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問：富高 優

校長：山田 尚孝

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>練習や試合を通してバレーボールに親しみながら、技能の向上を目指す。</li> <li>バレーボールを通して体を動かし、鍛えることで、健康的な生活習慣の向上を目指す。</li> </ul>			
部員数 (令和6年5月7日現在)	3年生10名 2年11名 1年生4名 計25名			
活動日	月、水、木、金、土または日			
活動時間 (平日)	夏季	集合 放課後～解散18:00	冬季	夏季と同じ
活動時間 (週休日)	午前 実施	3～4時間程度	午後 実施	3～4時間程度
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習、大会に向けた練習		春季総合体育祭
	5月	基礎練習、大会に向けた練習		
	6月	基礎練習、大会に向けた練習		夏季総合体育大会、ブロック大会
	7月	基礎練習、大会に向けた練習		都大会
	8月	基礎練習、大会に向けた練習		秋季総合体育祭
	9月	基礎練習、大会に向けた練習		秋季総合体育大会
	10月	基礎練習、大会に向けた練習		ブロック大会
	11月	基礎練習、大会に向けた練習		都大会
	12月	基礎練習、大会に向けた練習		
	1月	基礎練習、大会に向けた練習		1年生バレーボール教室
	2月	基礎練習、大会に向けた練習		柳鶴杯兼連盟杯
	3月	基礎練習、大会に向けた練習		
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>準備運動を入念に行う。</li> <li>水分補給の時間を適宜設ける。</li> <li>安全に配慮した練習を行う。</li> </ul>			

江戸川区立東葛西中学校 女子バレーボール部  
活動方針、年間の活動計画

顧問：山岸 麻里子 中川 光子

校長：山田 尚孝

活動方針	<p>○ バレーボールという競技を通して人格を磨き、社会生活の基礎となる習慣を身につける。</p> <p>○ 心身ともに健康で、強い心を持った生徒を育成する。</p> <p>○ 学校生活を大切にし、学校全体の活性化につながるよう活動する。</p>			
部員数 (令和6年5月10日現在)	3年生4名 2年15名 1年生 8名 計 27名			
活動日	月、水、木、金、土または日			
活動時間 (平日)	夏季	集合 放課後～解散18:00	冬季	夏季と同じ
活動時間 (週休日)	午前 実施	3～4時間程度	午後 実施	3～4時間程度
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習、大会に向けた練習		春季総合体育祭
	5月	基礎練習、大会に向けた練習		
	6月	基礎練習、大会に向けた練習		夏季総合体育大会
	7月	基礎練習、大会に向けた練習		ブロック大会、都大会
	8月	基礎練習、大会に向けた練習		秋季総合体育祭
	9月	基礎練習、大会に向けた練習		秋季総合体育大会
	10月	基礎練習、大会に向けた練習		ブロック大会
	11月	基礎練習、大会に向けた練習		都大会
	12月	基礎練習、大会に向けた練習		
	1月	基礎練習、大会に向けた練習		1年生バレーボール教室
	2月	基礎練習、大会に向けた練習		柳鶴杯兼連盟杯
	3月	基礎練習、大会に向けた練習		
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 準備運動を入念に行う。</li> <li>• 水分補給の時間を適宜設ける。</li> <li>• 安全に配慮した練習を行う。</li> </ul>			