

## 江戸川区立瑞江中学校 硬式テニス部 活動方針、年間の活動計画

顧問：

校長：薦田 敏

活動方針	自分の限界に挑戦する。 テニスを通して礼儀やマナー、他人を尊重することを学ぶ。			
部員数 (令和7年4月18日現在)	3年生：9名 2年生：12名 1年生： 名 合計 名			
活動日	月、火、木、金、土 ※日は大会等があります。			
活動時間 (平日)	3月～ 9月	集合 16:00～解散 18:00	10月 ～2月	集合 16:00～解散 17:30
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 11:30～解散 14:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	新入部員への基礎練、チーム再編成 部活動開設		
	5月	選手権大会・夏季総体に向けた練習		
	6月	選手権大会・夏季総体に向けた練習		選手権大会
	7月	都大会・新チーム編成		夏季総合体育大会（3年引退）
	8月	新人戦に向けた練習		
	9月	新人戦に向けた練習		新人戦（個人）
	10月	新人戦に向けた練習および 大会ででた課題の整理		新人戦（団体）
	11月	基礎体力・基本技能の向上		
	12月	基礎体力・基本技能の向上		
	1月	ダブルス大会に向けた練習		
	2月	ダブルス大会に向けた練習および 大会ででた課題の整理		冬季ダブルス大会
	3月	基礎体力・基本技能の向上 部活動解散		
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>熱中症対策として、適宜水分補給や休憩時間を確保する。また、ミストをつけることで、体温上昇を抑えていく。</li> <li>練習内容や場所に配慮した指導を行い、怪我の防止に努める。</li> <li>熱中症対策の区の指導に従い、無理のない範囲で活動する。</li> </ul>			

