

## 江戸川区立鹿本中学校 男女バスケットボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問：坂口直樹，松井美保，中村岳人

校長： 加納 学

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボールを通して人間性を磨き、人間力を高めること (挨拶・言葉使い・礼儀・マナーを重視します。)</li> <li>・学校生活をしっかりと行う。(授業・提出物・行事・学級活動等)</li> </ul>			
部員数 (令和5年5月1日現在)	男 24名 女 18名 計 42名			
活動日	火 水 木 金 土 (週5日間) *日に大会等が入ることがある			
活動時間 (平日)	夏季	集合16:00~解散18:30	冬季	集合16:00~解散18:30
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	体力づくり、チーム練習		
	5月	個人技能練習、チーム練習		夏季総合体育大会
	6月	個人技能練習、チーム練習		
	7月	体力づくり、個人技能練習		
	8月	体力づくり、個人技能練習		秋季区民総合体育祭
	9月	個人技能練習、チーム練習		秋季総合体育大会
	10月	個人技能練習、チーム練習		
	11月	個人技能練習、チーム練習		
	12月	個人技能練習、チーム練習		
	1月	体力づくり、個人技能練習、チーム練習		
	2月	個人技能練習、チーム練習		江戸川区連盟杯(予定)
	3月	個人技能練習、チーム練習		
安全指導・ 配慮等について	<p>常時各自で水分補給をできるように声をかける。</p> <p>夏季の練習は、気温や湿度に応じて熱中症にならない範囲で行う。</p> <p>けがのリスクを下げるために、しっかりとストレッチ、アップを丁寧に行う。</p>			

