

江戸川区立小岩第五中学校 チャレンジ6組 部活動方針、年間の活動計画

顧問：	
部活動指導員：	校長：前本 大智
外部指導員：	

活動方針	基礎体力及び気力の向上、各スポーツ大会に向け努力する心を育む。			
部員数	男子 18名 女子 14名 (令和 8年 4月 30日 現在)			
活動日	火・木			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16:00~解散 17:00	冬季	集合 16:00~解散 17:00
活動時間 (週休日)	午前 実施		午後 実施	
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	5月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	6月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	7月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	8月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	9月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	10月	バスケットボール・ポートボール		東京都陸上大会
	11月	バスケットボール・ポートボール		
	12月	バスケットボール・ポートボール		
	1月	バスケットボール・ポートボール		東京都バスケットボール・ポートボール大会
	2月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	3月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
安全指導・ 配慮等について	怪我のないように準備運動をする。 水分補給をこまめに指示する。			