

江戸川区立松江第二中学校 男子バスケットボール部 活動方針 年間の活動計画

顧問：恒藤 先生

校長：鈴木 啓之

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボールの技術向上、体力の向上を目指す。 ・活動を通して、集団での規律・マナーを身に付け、自立した人間育成を目指す。 			
部員数 (令和6年4月30日現在)	1年 8名 2年 6名 3年 8名			
活動日	月・火・木・金・土・(日)			
活動時間 (平日)	15:55~18:00			
活動時間 (週休日)	午前 実施	8:00~13:00 上記の時間で3時間	午後 実施	13:00~18:00 上記の時間で3時間
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・試合形式練習		
	5月	基礎練習・試合形式練習		
	6月	基礎練習・試合形式練習		夏季総合体育大会
	7月	基礎練習・試合形式練習		都大会
	8月	基礎練習・試合形式練習		秋季総合体育大会 1次予選
	9月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		秋季総合体育大会
	10月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		秋季総合体育大会
	11月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		
	12月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		1年生大会
	1月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		都大会・松江カップ
	2月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		連盟杯争奪戦
3月	基礎練習・試合形式練習・練習試合		連盟杯争奪戦	
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> ・練習後のクールダウン、ストレッチング ・オーバーユース予防のため、練習時間の短縮や強度の調整 など 			