別紙２

作成　令和８年４月２０日

江戸川区立二之江中学校　サッカー部　　活動方針、年間の活動計画

活動方針	サッカーをとおして、仲間同士で切磋琢磨することで、仲間と協力する精神と自らを磨く向上心を養う。			
部員数 (令和8年4月20日)	男子　３年生７人　２年生１０人　１年生１４人　計３１人			
活動日	月、火、木、金(土)、(日)　※土・日はどちらか			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16：00～解散 17：30	冬季	集合 16：00～解散 17：30
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	１年生仮入部	
	５月	１年生：基礎練習/２・３年生：実践練習	
	６月	１年生：基礎練習/２・３年生：実践練習	夏季総体
	７月	攻守練習	
	８月	組織的な攻守練習	シード権大会
	９月	攻撃のメイキング練習	秋季総体(新人戦)
	１０月	守備のメイキング練習	
	１１月	体力づくり/個人の判断力の強化	
	１２月	体力づくり/個人の判断力の強化	
	１月	体力づくり/連動した組織的な動きの確認	
	２月	体力づくり/連動した組織的な動きの確認	
	３月	実戦練習	

安全指導・ 配慮等について	動的ストレッチを導入し、効率よくパフォーマンスを向上できるようにしている。 短期集中型の練習で、選手に過度な負担がかからないようにしている。