作成　令和８年４月２２日

別紙２

江戸川区立二之江中学校　ソフトテニス部　　活動方針、年間の活動計画

活動方針	ソフトテニスを通して、自身を磨くとともに仲間と切磋琢磨することで、チームとして協力する精神を養う。文武両道を目指し、学校やクラスに貢献できる部員を育成する。			
部員数 （令和6年5月1日現在）	男子　３年生　１０名、２年　９名、１年生　９名　計　２８名 女子　３年生　　６名、２年　８名、１年生　５名　計　１９名			
活動日	月・火・木・金・土（日）　※週休日は水・日（土曜オフの場合は日活動）			
活動時間 （平日）	夏季	集合１５：５０～解散１７：３０	冬季	集合１５：５０～解散１７：３０
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合　８：５０～解散１２：００	午後 実施	集合 12：５０～解散 16：00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	４月	個人技能の向上		
	５月	実践的な技能の向上・試合形式等		ブロック大会
	６月	実践的な技能の向上・試合形式等		夏季総体
	７月	実践的な技能の向上・試合形式等		都大会
	８月	個人技能の向上		学年別大会・シード権大会
	９月	実践的な技能の向上・試合形式等		秋季総体
	１０月	個人技能の向上		都大会
	１１月	個人技能の向上、体力トレーニング		
	１２月	個人技能の向上、体力トレーニング		
	１月	個人技能の向上、体力トレーニング		１年生大会
	２月	個人技能の向上、体力トレーニング		１年生ブロック大会、 団体研修大会
	３月	個人技能の向上、体力トレーニング		春季区民大会
安全指導・ 配慮等について	ストレッチや冬季はラダートレーニングと外周を導入し、効率的なアップを行う。 夏場は特に十分な休息と体調面に気を配りながらできるよう指導する。 用具のケアやコートマナーについても指導し安全に取り組めるようにする。			