

江戸川区立小松川中学校 バスケットボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問：水落・川上

統括校長：折橋 信二

活動方針	・バスケットボールを通して、生徒個々の心身の健全な育成を目指す。 ・バスケットボールにおける基本的体力の向上のためのトレーニングを行う。 ・各大会の上位を目指す。			
部員数 (令和7年4月末現在)	3年男子9名、女子6名 2年男子 18 名、女子3名 1年男子 10 名、女子 4 名			
活動日	平日：月、火、水、金、土日祝：あり（校内規定に従って）			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16：00～解散 18：00 (水：集合 15：00)	冬季	集合 16：00～解散 18：00 (水：集合 15：00)
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 8：30 解散 12：30	午後 実施	集合 13：00 解散 17：00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	5月	フットワーク、基礎・速攻練習、1対1等のボールプレー、大会に向けての練習		練習試合
	6月	フットワーク、基礎・速攻練習、1対1等のボールプレー、大会に向けての練習		区夏季総体
	7月	大会に向けての練習、新チーム体制の基礎練習		都大会、練習試合
	8月	フットワーク、基礎練習、ツーメン等の速攻練習、1対1等のボールプレー		練習試合、シード決め大会
	9月	大会に向けての応用練習と基礎練習		シード決め大会、区秋季総体
	10月	大会に向けての応用練習と基礎練習		区秋季総体
	11月	大会に向けての応用練習と基礎練習		練習試合
	12月	大会後の反省点をもとに基礎・応用		墨東五区選抜大会選手選抜
	1月	大会に向けての練習		都新人大会、 バスケットボール連盟杯
	2月	大会に向けての練習		バスケットボール連盟杯
	3月	大会後の反省点をもとに基礎・応用		墨東五区大会(選抜選手)
安全指導・ 配慮等について	準備体操や整理体操をしっかり行いストレッチ等の柔軟体操を取り入れる。練習時には簡単な手当てができる冷却パックや医療品を準備する。			