

## 江戸川区立小松川中学校 卓球部 活動方針、年間の活動計画

顧問：衛藤 翔大・木山 琴音

統括校長：折橋 信二

活動方針	卓球を通じて、心身ともに成長させるとともに、誰に対しても敬意をもって接する部員を育成する。			
部員数	1年生： 名 2年生： 名 3年生： 名 合計： 名			
活動日	平日：月、火、水、金の4日間、土日祝：あり（校内規定に従って） 夏季休業中：上記に同じ（校内規定に従って） 冬季休業中：上記に同じ（校内規定に従って） 春季休業中：上記に同じ（校内規定に従って）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 解散	冬季	集合 解散
活動時間 （週休日）	午前 実施	9：00～12：00	午後 実施	14：00～17：00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	冬や春の練習の成果を発揮し、実戦形式の練習を中心に行う。また大会に向けて調整していく。 1年生は、基本的な球の打ち返しを中心に練習を行う。		春季区民体育祭
	5月			
	6月			
	7月	素振りや球の打ち返し、壁打ちやラリーなどの基礎練習を中心に、秋季大会に向けて実戦形式の練習を行う。		夏季総合体育大会
	8月			
	9月	基礎練習に加えて、個々の課題に応じた練習（ラリー・サーブ・スマッシュ・多球練習など）を行う。実戦形式の練習も取り入れる。  平日は場所の関係上、実戦形式の練習を実施する。休日には多球練習やフットワーク練習を取り入れ、自分に足りないところを重点的に練習に取り組む。		秋季総合体育大会
	10月			秋季区民体育祭
	11月			
	12月			
	1月			
	2月			江戸川区招待卓球大会
3月				
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>こまめに休息を取り、集中力を保った状態で練習を行うことができるようにする。</li> <li>道具の管理を徹底して行い、競技中の安全を確保する。</li> </ul>			

