

令和2年度:部活動年間活動計画

※「主な活動内容」については通常時のものであり、新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえつつ、「台東区立学校園版 感染症予防ガイドライン(新型コロナウイルス感染症)」に従った形で活動を進める。
 ※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、中止となった大会等がある。

番号	部活動名	顧問	種別	活動方針	主な活動内容	活動日・活動時間・活動場所							主な参加大会・コンクール
						月	火	水	木	金	土	日	
1	男子バレーボール	工藤大野	○	・明るく元気にきびきびと活動する。 ・ボールを落とさないバレーボールを目指し、元気に取り組む。 ・具体的な目標を掲げ、課題に正対し、全力で取り組む。	・基礎練習(パス・レシーブ・サーブ・スパイク等) ・トレーニング(筋トレ・ランニング・サーキット) ・ゲーム練習		☆体 ★体	☆校	☆体 ★体	☆体 ★A体	○		・台東区大会(夏3年生代替大会・秋新人) ・第5ブロック大会(秋新人) ・東京都大会(秋新人)
2	女子バレーボール	工藤大野	○	・明るく元気にきびきびと活動する部活動。 ・試合では、明るく、楽しく、そして勝つ。 ・具体的な目標を掲げ、課題に正対し、全力で取り組む。	・基礎練習(パス・レシーブ・サーブ・スパイク等) ・トレーニング(筋トレ・ランニング・サーキット) ・ゲーム練習		☆体 ★体	☆校	☆体 ★体	☆体 ★A体		○	・台東区大会(夏3年生代替大会・秋新人) ・第5ブロック大会(秋新人) ・東京都大会(秋新人)
3	男子バスケットボール	渡邊	○	・部活動を通じて心身ともに成長する。 ・学校、家庭、地域から快く応援してもらえる部活にする。 ・自ら挨拶ができ、礼儀やマナーを守る態度を身に付ける。 ・チームメイトと励まし合い、高め合えるような人間関係を形成する。	・フットワーク ・基礎練習 ・ゲーム練習	★体	▲		★体	★B体	○		・台東区大会(夏3年生代替大会・秋新人)
4	女子バスケットボール	平山	○	・部活動を通じて心身ともに成長する。 ・学校、家庭、地域から快く応援してもらえる部活にする。 ・自ら挨拶ができ、礼儀やマナーを守る態度を身に付ける。 ・チームメイトと励まし合い、高め合えるような人間関係を形成する。	・フットワーク ・基礎練習 ・ゲーム練習	★体	▲	☆体	★体	★B体	○		・台東区大会(夏3年生代替大会・秋新人)
5	卓球(男子)	西川	○	・ルール、礼儀、マナー、挨拶等を徹底して身に付ける。 ・学業と両立させる。・体力や技術を身に付ける。 ・集団生活を通して、協力、仲間意識、主体的行動などを身に付ける。	・フットワーク ・基礎練習 ・ゲーム練習	★体		(★体)	★廊		○		・(台東区民体育祭) ・東京都中学校新人卓球大会
6	柔道(男子・女子)	伊藤	○	・礼に始まり礼に終わる。 ・感謝の気持ちをもって活動する。	・基礎練習 ・技術練習		★体			★体			・第5ブロック大会(秋新人) ・東京都大会(秋新人) ・台東区民大会(春・秋) ※7月時点での予定
7	剣道(男子・女子)	大陽	○	・礼に始まり礼に終わる。 ・脚下照顧。	・基礎練習 ・練習試合		★体			★体			・第5ブロック大会(秋新人) ・東京都大会(秋新人)・台東区民大会(春・秋) ・台東区大会(夏3年生代替大会)
8	男子ソフトテニス	菅村大江 栗原齋藤	○	・今、テニスに打ち込めることに感謝して、行動する。	・ウォーミングアップ ・基礎打ち ・ゲーム練習		★校		★A校		○		・台東区大会(夏3年生代替大会・秋新人) ・第5ブロック大会(春) ・東京都大会(夏・秋新人)
9	女子ソフトテニス			・挨拶やマナー、人間力の向上を目指す。 ・目標を掲げ挑戦する美学をもつ。	・ウォーミングアップ ・基礎打ち ・ゲーム練習		★校		★A校		○		・台東区大会(夏3年生代替大会・秋新人)
10	野球(男子・女子)	吉村	○	・部活動を通じて心身ともに成長する。 ・常に集団のために行動できるように心がける。 ・挨拶、礼儀、ルールやマナーを徹底して身に付ける。	・ウォーミングアップ ・キャッチボール ・バッティング ・フィールディング ・筋力トレーニング			★校		★校	○		・台東区大会(夏3年生代替大会) ・第5ブロック大会(秋)
11	陸上競技(男子・女子)	吉村武藤	○	・自ら元気に挨拶をする。 ・周りの方への感謝を忘れず活動する。 ・仲間と互いに切磋琢磨し、競技力・精神力の向上を目指す。	・ランニング ・トレーニング ・種目別練習	★校	☆校		★B校	☆校			・東京都中学校地域別陸上競技大会
12	吹奏楽(男子・女子)	関大陽	○	・吹奏楽の活動を通して、音楽を楽しみ人生を豊かにする。 ・各楽器の基本的な奏法を身に付け、3年間で充実した活動ができるようにする。 ・活動を通して社会性を学び、仲間やお世話になる方々とのコミュニケーションを大切に育む。	・卒業式・入学式・学習発表会での演奏、東京都中学校吹奏楽コンクール、区連合音楽会、地域行事への参加等 今年度は中止が多い。基礎練習やミニコンサートで対応	★音	★音		★音	★音	(○)	(○)	・東京都中学校吹奏楽コンクール ※今年度は中止 土日の練習は行事前にあり
13	美術(男子・女子)	大谷		・美術作品の制作を通して、個人の感性を伸ばしたり、美術への関心、意欲を高めたります。 ・絵画やイラスト制作を通して、発想の能力を高める。 ・デッサンの練習などを通して、創造的スキルを高める。	・絵画 ・デッサン ・個人作品の制作	★美	★美		★美				
14	家庭科(男子・女子)	清水		・裁縫の授業より高いレベルの知識と技能を身に付ける。 ・豊かな感性と細やかな気持ちを育てる。	・ミシンの基礎的な技術の習得のためのズボン作り ・自分で創作したい物の創作(ミシン技能の応用)		★被		★被				・台東区小中学校連合作品展
15	ESS	栗原		・会話練習を通して知識、表現力を身に付ける。 ・活動を通して社会性を身に付ける。	・発声練習、音読練習、ロールプレイング、多読	★視			★視				

※ ☆:朝練習(7:00~7:40) ★:放課後練習(15:50~18:00) ※ 木曜日・金曜日は隔週で活動(A週:第1・3、B週:第2・4) ※ 体:体育館、校:校庭、廊:廊下、音:音楽室、美:美術室、被:被服室、視:視聴覚室
 ※ 木曜日はソフトテニス部と陸上部の校庭使用を、金曜日はバレーボール部とバスケットボール部の体育館使用を、隔週で入れ替える。土日の○は、時期に応じて練習の有無が変わる。また、○が付いていなくても大会がある場合もある。
 ※ 男女バスケットボール:火曜日は月1回程度、体育館前廊下でボール磨き。金曜日は隔週で体育館練習か被服室前廊下で練習(ストレッチ・体幹トレ・校外での走り)

【台東区部活動ガイドライン(概要)】

- 週当たり2日以上(平日1日以上、週休日等1日以上)を設けることを原則とし、年間(年間を52週と考える)で104日(52週×2日)以上の休養日を設け、少なくとも週休日等に52日(52週×1日)以上を充てる。
- 平日の練習時間は、朝・放課後あわせて2時間程度、週休日等は3時間程度。(練習時間には、準備や片付け、移動時間は含まない。)大会等や練習試合等においては、活動時間が3時間を超えることもあることから、直後の週の平日に休養日を設けるなど、学校生活等に支障が出ないよう配慮する。
- 大会等や練習試合等においては、活動時間が3時間を超えることもあることから、直後の週の平日に休養日を設けるなど、学校生活等に支障が出ないよう配慮する。