

令和8年度 深川第一中学校における 部活動に関する活動方針

部活動の目的	<p>1 専門的な技能を高めることにより、個性を伸ばし、生活に自信を持ち充実した学校生活を送る。</p> <p>2 共通の目的に向かって活動をすることで、望ましい人間関係を築く。</p> <p>3 向上心、探究心、忍耐力、自主性を養う。</p> <p>4 時間の有効な使い方を身に付ける。</p>								
本年度の運営上の基本方針	<p>1 部活動の運営上の約束・注意事項等の基本事項は、全教職員で確認する。</p> <p>2 担任をはじめ全教職員との連携を図り、活動の充実を図る。</p> <p>3 部長会を組織して諸問題の対応を検討させるなど、自主性を高める。</p> <p>4 保護者や地域の協力を得て、活動の充実を図る。</p>								
活動時間	【通年】 18時 15分を最終下校時刻とする。								
	<p>設置部活動</p> <table border="1" data-bbox="432 920 1430 999"> <tr> <td>バスケットボール部</td> <td>陸上競技部</td> <td>女子バドミントン部</td> <td>男子硬式テニス部</td> </tr> <tr> <td>美術部</td> <td>吹奏楽部</td> <td>チャレンジ部</td> <td></td> </tr> </table>	バスケットボール部	陸上競技部	女子バドミントン部	男子硬式テニス部	美術部	吹奏楽部	チャレンジ部	
バスケットボール部	陸上競技部	女子バドミントン部	男子硬式テニス部						
美術部	吹奏楽部	チャレンジ部							
適切な休養日の設定方針	<p>(1) 休養日</p> <p>① 週ごとの休養日 2日以上（平日1日以上、土日1日以上とする）</p> <p>② 土日の完全休養日 月1日以上</p> <p>(2) 活動時間</p> <p>（ 平 日 ） 2時間程度/日</p> <p>（ 土 日・祝 祭 日 ） 3時間程度/日</p>								
	<div data-bbox="199 1350 1402 1559" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #e1f5fe;"> <p>校内の部活動について、月1日以上土日の完全休養日を決めます。校内の全部活動が同一日に学校のきまりとして実施できるようにします。但し、設定した日が大会等で実施できない部活動については、必ず大会等の直後に休養日を設け、生徒に十分な休養を与えるようにします。</p> </div> <div data-bbox="199 1570 1402 1877" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #e1f5fe;"> <p>ここでの活動時間とは身体的な活動を行う時間を指します。なお、活動に伴う準備や後片付け、ミーティング等の時間を含め、平日は3時間以内、土日・祝祭日は4時間以内とします。土日に実施する練習試合等の場合もこの活動時間の設定に準じた扱いとします。但し、この活動時間の設定を超えて実施せざるを得ない状況が発生した場合には、必ず直後に休養日を設け、生徒に十分な休養を与えるようにします。</p> <p>長期休業中については、土日・祝祭日の設定に準じた扱いとします。</p> </div>								
定期考査前の取扱	定期考査7日前から、定期考査終了までの期間は、部活動の休養日とします。但し、特段の理由があり活動する場合には、別途お知らせします。								
学校閉庁日の取扱	原則として、部活動の休養日とします。但し、全国中学校体育大会に出場権を得た部活動のみ、条件付で活動する場合があります。								

陸上競技部年間活動計画 **別紙2**

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・素直な心を醸成し、自立した生徒の育成（素質は負けても努力は負けない心を作る）。 ・3年間やり抜き、自信をもてる心の育成 ・学習と部活動を両立させる ・都大会出場6割以上、関東大会、全国大会出場を目指す。 		
活動日及び活動時間	平日	通年 16：00～18：00 (月、火、木、金曜日)	休日 9：00～12：00（土曜日） ※大会等により予定が変更になる場合は、別途連絡します。
休養日	① 毎週水曜日、日曜日の週2回の休養日を設定します。 ② 毎月1回の学校全体の休養日を設定します。		
主な活動予定	月	活動等	参加予定大会等
	4月	新入生歓迎会 試合順応期 試合参加 2年生基礎練習	江東区ジュニアトライアル大会
	5月	3年生公式戦対策 1・2年生 基礎練習 区内中学校講習会 保護者会	東京都中学校地域別陸上競技大会、 江東区スプリングトライアル大会 豊島春季大会
	6月	1年生基礎練習 区内中学校講習会	東京都中学校地域別陸上競技大会 東京都通信大会東京都総合体育大会
	7月	区内中学校講習会	江東区陸上競技選手権大会 東京都中学校総合体育大会陸上競技大会
	8月	【学校閉庁日】8月8日～17日 連合陸上参加生徒招集	関東中学校大会 全国中学校大会 江東区ナイター陸上競技会
	9月	区内中学校講習会 新キャプテン選出	江東区秋季陸上競技大会
	10月	新チーム練習開始	江東区民陸上競技大会 東京都中学校支部対抗陸上競技選手権大会
	11月	区内中学校講習会	江東区ジュニア陸上競技大会
	12月	区内中学校講習会	江東区ロードレース大会
	1月	基礎体力強化月間 鍛錬期 (全身持久力、基礎体力、筋力向上)	江東区民駅伝大会 東京都ロードレース大会(区部)
	2月	サーキット練習 (全身持久力、基礎体力、筋力向上)	墨東五区駅伝競走大会
	3月	サーキット練習 (全身持久力、基礎体力、筋力向上) 試合順応練習。専門練習。 3年生送別会 新入部員歓迎準備	

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・選手・生徒・人として、なりうる最高の自分を目指す（常に夢や目標を大切にする）。 ・バスケットボールというスポーツ、人とのふれあい、自分・チームの成長を楽しむ。 ・学校生活を第一に、自主性、礼儀、感謝、チームファーストの精神を培う。 ・現世代の目標「礼儀正しく、粘り強く、楽しく」 男子：関東・全国 女子：都大会 		
活動日及び活動時間	平日	通年 16：00～18：00（月、火、金曜日） 7：40～8：10（木曜日）朝練実施	休日 土曜日または日曜日 ※試合・大会等により予定が変更になる場合は、別途連絡します。
休養日	① 毎週水曜日、土曜日または日曜日の週2回の休養日を設定します。 ② 毎月1回の学校全体の休養日を設定します。		
主な活動予定	月	活動等	参加予定大会等
	4月	新入生歓迎、仮入部・正式入部、基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合	江東区連盟杯
	5月	基礎練習大会に向けての実戦練習・練習試合	江東区連盟杯最終日
	6月	基礎練習大会に向けての実戦練習・練習試合	江東区夏季大会
	7月	基礎練習大会に向けての実戦練習・練習試合	東京都総合体育大会
	8月	基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習 【学校閉庁日】8月9日～18日 新チーム体制確立	関東中学校大会全国中学校大会 江東区シード権大会
	9月	基礎練習 実戦練習・練習試合・合同練習	
	10月	基礎練習大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習	江東区シード権大会
	11月	基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習	江東区新人大会 東京都新人大会
	12月	基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習遠征	江東区新人大会最終日
	1月	基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習	東京都新人大会
	2月	基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習	東京都新人大会最終日
3月	基礎練習 大会に向けての実戦練習・練習試合・合同練習 3年生送別会 新入部員歓迎準備	墨東五区交流中学生選抜バスケットボール大会	

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・ブロック大会出場・バドミントンを通じて心身共に鍛えます。 ・技術向上だけではなく、部員一人一人の成長や勝利をみんなでたえ、共に喜び、礼儀と感謝を大切にしたい、集団としてはじめあるチームを目指します! 		
活動日及び活動時間	平日	通年 16:00～18:00 (月・火・木・金曜日)	休日 原則 9:30～12:30 土曜日または日曜日 ※大会等により予定が変更になる場合は、別途連絡します。
休養日	<ul style="list-style-type: none"> ① 毎週水曜日、土曜日または日曜日の週 2 回の休養日を設定します。 ② 毎月 1 回の学校全体の休養日を設定します。 		
主な活動予定	月	活動等	参加予定大会等
	4月	新入生歓迎 仮入部 正式入部 3年生公式戦対策 1・2年生基礎練習	江東区春季バドミントン大会
	5月	練習試合 3年生公式戦対策 1・2年生基礎練習	春季 C ブロック大会
	6月	練習試合 3年生優先練習 1・2年生基礎練習	江東区夏季バドミントン大会
	7月	練習試合 引退式 新キャプテン選出 新チーム練習開始	夏季 C ブロック大会
	8月	新チーム体制確立 練習試合 【学校閉庁日】8月9日～18日	江東区研修大会
	9月	練習試合公式戦対策練習基礎練習	江東区秋季バドミントン大会
	10月	練習試合公式戦対策練習基礎練習	秋季 C ブロック大会
	11月	練習試合基礎練習	
	12月	練習試合 公式戦対策練習 2・3年生基礎練習	東京都冬季大会予選
	1月	練習試合 基礎体力強化月間 1年生優先練習	
	2月	練習試合基礎体力強化月間	江東区 1 年生大会
	3月	練習試合 基礎体力強化月間 3年生送別会 新入部員歓迎準備	春休み交流大会

男子硬式テニス部 年間活動計画 **別紙2**

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・グッドプレイヤー（礼儀・親切・貢献）とフェアプレーを培う。 ・テニスを楽しみ、チームメイトや自らの成長を称え達成感を味わう。 ・全ての選手が、自らの目標を設定しキャプテンを中心とした規律ある集団をつくる。 ・団体戦において都大会出場、区大会で3位入賞する。 			
活動日及び活動時間	平日	通年 16:00～18:00 (月・火・木・金)	休日	9:00～12:00 (土曜日) ※大会等により予定が変更になる場合は、別途連絡します。
休養日	<p>① 毎週水曜日、日曜日の週2回の休養日を設定します。</p> <p>② 毎月1回の学校全体の休養日を設定します。</p>			
主な活動予定	月	活動等	参加予定大会等	
	4月	新入生歓迎 仮入部 3年生公式戦対策 2年生基礎練習	東京都中学校新人テニス選手権大会 (個人の部) 予選 第5ブロック大会	
	5月	正式入部 3年生公式戦対策 2年生基礎練習 1年生審判技能向上月間		
	6月	3年生優先練習 2年生基礎練習 1年生審判技能向上月間	東京都中学校新人テニス選手権 第5ブロック大会 (団体の部)	
	7月	基礎体力強化月間 1・2年生審判技能向上月間	江東区中学校連合夏季体育大会	
	8月	新キャプテン選出 新チーム練習開始 【学校閉庁日】8月9日～18日	東京都中学校新人テニス選手権大会 (個人の部) 予選 第5ブロック大会	
	9月	新チーム体制確立公式戦対策練習		
	10月	公式戦対策練習	東京都中学校新人テニス選手権大会 (団体の部)	
	11月	基礎体力強化月間		
	12月	ラケットワーク強化月間		
	1月	公式戦対策練習		
	2月	ラケットワーク強化月間	中体連第5ブロック 冬季ダブルス テニス選手権大会	
	3月	3年生送別会 新入部員歓迎準備		

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・吹奏楽を通して、精神力、体力を鍛え技術の向上を図る。 ・合奏を通じ、協調性を養い、音楽を創造する心を育てる。 ・挨拶、返事など礼儀を重んじ、吹奏楽部の部員としての誇りをもつ。 ・どんな場面でも進んで仕事をする姿勢を身に付ける。 			
活動日及び活動時間	平日	通年 16:00～18:00 (月・火・木・金)	休日	原則 9:00～12:00 土曜日 (不定期)
休養日	① 毎週水曜日、日曜日の週 2 回の休養日を設定します。 ② 毎月 1 回の学校全体の休養日を設定します。			
主な活動予定	月	活動等		参加予定大会等
	4月	部活動紹介での演奏・基礎練習 仮入部開始・正式入部		部活動紹介での演奏
	5月	基礎練習 コンクール曲練習		
	6月	基礎練習 コンクール曲練習		
	7月	基礎練習 コンクール曲練習		
	8月	基礎練習 吹奏楽コンクール参加 文化祭発表曲練習		東京都中学校吹奏楽コンクール参加
	9月	基礎練習 文化祭発表曲練習		
	10月	文化祭本番		
	11月	基礎練習 Xmas コンサート発表曲練習		
	12月	基礎練習 Xmas コンサート本番		Xmas コンサート
	1月	基礎練習 吹奏楽講習会・地域のイベント演奏曲練習		
	2月	基礎練習 吹奏楽講習会・地域のイベント演奏曲練習		吹奏楽講習会参加
3月	地域のイベント演奏 部活動紹介曲練習		地域のイベントでの演奏 部活動紹介での演奏	

美術部 年間活動計画 **別紙2**

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> 各自、自主的に自分の課題に取り組む。 校内作品展で作品発表する。 		
活動日及び活動時間	平日	通年 16:00～17:00 (火・木曜日)	休日 活動なし
休養日	① 毎週月曜日、水曜日、金曜日の週3回の休養日を設定します。 ② 毎月1回の学校全体の休養日を設定します。		
主な活動予定	月	活動等	参加予定大会等
	4月	仮入部 正式入部 自由制作	
	5月	運動会 入退場門 自由制作	
	6月	自由制作	
	7月	自由制作 人物クロッキー	
	8月	校内作品展 部誌制作	
	9月		
	10月		
	11月	自由制作	
	12月	自由制作	
	1月	自由制作 ▼	
	2月	自由制作	
	3月	自由制作	

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・素直な心を醸成し自立した生徒の育成 ・3年間やり抜き、自信をもてる心の育成 ・学習と部活動を両立させる 			
活動日及び活動時間	平日	通年 木曜日 16:00～17:00	休日	活動なし
休養日	<p>① 毎週、月曜日、火曜日、水曜日、金曜日の週4回の休養日を設定します。</p> <p>② 毎月1回の学校全体の休養日を設定します。</p>			
主な活動 予定	月	活動等	参加予定大会等	
	4月	SST、切り絵 栽培準備		
	5月	SST、切り絵 栽培準備		
	6月	SST、切り絵 栽培準備		
	7月	SST、切り絵 栽培準備		
	8月	活動なし		
	9月	SST、切り絵 栽培準備		
	10月	SST、切り絵 栽培準備		
	11月	SST、切り絵 栽培準備		
	12月	SST、切り絵 栽培準備		
	1月	SST、切り絵 栽培準備		
	2月	SST、切り絵 栽培準備		
	3月	SST、切り絵 栽培準備		