

令和2年度 部活動 運営方針

1 目標

- (1) 望ましい集団生活を通して、心身の調和のとれた発達を図り、自己の適性を伸ばし、その活動で学んだものが実生活に展開できるようにする。
- (2) 集団の一員としての自覚を深め、互いに協力し合って規則正しい活動を行うことにより、自主的な態度や礼儀作法を身につける。

2 基本方針

- (1) 新型コロナウイルス感染予防対応を行い、生徒の安全・安心を第一に考えた活動とする。(新宮町立中学校部活動における感染防止対策に則って行う。)
- (2) 部活動は卓球部として、生徒全員で行う。
- (3) 平日1日と土日のいずれか1日に休養日を設定する。大会等で土日に活動した場合は平日にもう1日休養日を設定する。
- (4) 部活動の時間は、顧問を中心に行うが、他の教員も積極的に参加する。
- (5) 定期考査前1週間は、部活動は行わない。
- (6) 部長を決め、練習の号令をかけたり、部員への指示を行ったりする。
- (7) 毎月の練習計画は、学校行事や生徒の発育状況を鑑みて顧問が作成する。

3 基本的な練習の流れ

- ①用具の準備・・・卓球台を4台準備する。
- ②はじめの挨拶
- ③準備運動・・・ストレッチ・ランニングなどのウォームアップ
- ④補強運動・・・ラダー、体幹トレーニング
- ⑤基礎打ち・・・フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、切り返し、オールコート
- ⑥多球打ち
- ⑦サーブ・レシーブ
- ⑧部内マッチ
- ⑨道具の片づけ・ホール清掃
- ⑩活動の反省・終わりの挨拶

4 指導者 (全教職員)

- ・顧問 阿部
- ・コーチ 副校長・山部・村上・西村・篠崎・波多江・森山

5 活動時間について

宿泊なし（3月～10月）	17：00まで
宿泊なし（11月～2月）	16：30まで
宿泊あり	19：00まで
朝練	7：00～8：00
休日	基本午前中（8：30～12：30）