

部活動の意義

部活動は生徒それぞれの特性や能力を伸ばすのに大変役立つ活動であるが、日常的教育活動と異なり、授業時間以外に行う活動(教育課程外の活動)に位置づけられている。部活動に参加する生徒は、活動のための費用を負担し、部の規則に従って活動する。部活動の目標は、本校の教育目標「健康な人」「誠実な人」「創造する人」の実現を目指しながら、各自の特性を伸ばし、技能や体力を身につけ、学年を越えた友情を育てることである。大変貴重な本校の教育活動のひとつでもある。

年間活動計画

部活動名	活動日	休養日	活動場所	活動内容・年間活動予定
ソフトテニス部	放課後：月、木、金 休日：土	火、水、日	校庭	基礎練習(ストローク、ボレー、サーブ)、対人練習、ゲーム練習 ブロック大会(4,10月)、夏季区大会(5,6月)、新人区大会(9月) 都大会(7,11月)、学年別1年2年大会(1,2月)
陸上競技部	放課後：火、木、金 休日：土	月、水、日	校庭	基礎練習(スピン、ビート、流し)、テンポ走、ビルドアップ走、タイム計測、 スターティングブロック練習 地域別陸上競技大会(5,6月)、区陸上大会(9月)、区駅伝大会(10月) ロードレース大会(1月)
サッカー部	放課後：月、火、木 休日：土	水、金、日	校庭	基礎練習(ボールタッチ、パス等)、対人練習、ゲーム練習、フィジカル練習 総合体育大会(5,6月)、秋季大会(9,10月)
野球部	放課後：火、水、金 休日：土	月、木、日	校庭	基礎練習(キャッチボール、トスバッティング、ベッパ)、ノック バッティング練習 山の手カップ(4月)、夏季大会(6月)、秋季大会(9月)
バスケットボール部	放課後：火、水、木、金 休日：土	月、日	体育館	基礎練習(フットワーク、ドリブル、パス、シュート)、対人形式練習(1対1、2対2、3対3)、ゲーム練習、 夏季大会(6月)都大会(7月)、新人大大会(11月)、都大会(1月)
卓球部	放課後：月、火、木 休日：土	水、金、日	武道場	基礎練習(フォアハンド、バックハンド、サーブ、レシーブ)、フィジカル練習、ゲーム練習 選手権大会(5月)、新人大大会(10月)
剣道部	放課後：月、木、金 休日：土	火、水、日	体育館 武道場	基礎練習、切り込み、打ち込み、自稽古、試合稽古、等、他昇段審査等 春季ブロック大会(5月)、都大会(5月～6月)、夏季大会(6月)、都大会(7月)、 新人大大会(11月)、都大会(11月)、昇級昇段審査(6月、11月)
吹奏楽部	放課後：月、火、木、金 休日：土	水、日	各教室	基礎練習(ロングトーン、スケール等)、曲練習 東京都中学校吹奏楽コンクール(7～8月)、学校行事・地域行事での演奏(8～10月)、 定期演奏会(3月)
茶道部	放課後：木	月、火、水、金 土、日	茶道室	お茶とお菓子の出し方、いただき方、お点前の稽古、校内及び校外お茶会、礼儀作法
美術部	放課後：月・木	火、水、金 土、日	美術室	クロッキー、イラスト製作、スケッチなど 各種コンクールへの出品