

大田区立馬込東中学校 男女バスケットボール部 年間の活動計画

年間目標	① 大会で好成績を残す。 ② 部活動を通して個人や集団として成長し、誰からも認められるチームを目指す。			
活動日	月曜日 火曜日 木曜日 金曜日 (土曜日 日曜日) ※土日はどちらかに活動(試合が入り、両日が活動となった場合には、平日に休養日を振り返る)			
活動時間	平日	2時間	休日	3時間
休養日	水曜日 (土曜日 日曜日) ※土日はどちらかが休養日			
主な活動予定	4月	大田区春季交流戦 練習(基礎体力づくり, フォーメーション練習, 練習試合)		
	5月	大田区選手権大会 練習(フォーメーション練習, 練習試合)		
	6月	大田区選手権大会 練習(基礎体力づくり, 個人スキルアップ)		
	7月	東京都大会 練習(基礎体力づくり, 個人スキルアップ, 練習試合)		
	8月	大田区秋季交流戦 練習(基礎体力づくり, 個人スキルアップ, 練習試合)		
	9月	大田区秋季交流戦 練習(ミニゲーム)		
	10月	大田区新人大会 練習(ミニゲーム)		
	11月	大田区新人大会 練習(チームづくり, フォーメーション練習)		
	12月	練習(チームづくり, フォーメーション練習, 練習試合)		
	1月	東京都大会、大田区冬季大会 練習(チームづくり, フォーメーション練習, 練習試合)		
	2月	大田区冬季大会 練習(フォーメーション練習, 練習試合)		
	3月	大田区冬季大会 練習(フォーメーション練習, 練習試合)		

大田区立馬込東中学校 卓球部 年間の活動計画

年間目標	・卓球の技術向上 ・礼儀を養う ・仲間との社会性を養う			
活動日	月曜日・火曜日・木曜日・金曜日・土曜日または日曜日			
活動時間	平日	2時間	休日	3時間
休養日	水曜日・土曜日または日曜日			
主な活動予定	4月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ) 区民大会		
	5月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ)		
	6月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ)、 夏季大会		
	7月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ)、 夏季大会		
	8月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ)		
	9月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ) 区民大会		
	10月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ)		
	11月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ) 新人大会		
	12月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ) 新人大会		
	1月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ) 区民大会		
	2月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ) 一年生大会		
	3月	通常練習(フォア、バック、ツッツキ、ドライブ、サーブ、レシーブ)		

大田区立馬込東中学校 バドミントン部 年間の活動計画

年間目標	仲間を大切にし、団結力を高める。礼儀や協調性を養う。技術向上に努める。			
活動日	月曜日・火曜日・水曜日・金曜日・土曜日			
活動時間	平日	2時間	休日	3時間
休養日	木曜日・日曜日			
主な活動予定	4月	練習（フットワーク、基礎打ち）、区民大会、研修大会		
	5月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）		
	6月	練習（フットワーク、基礎打ち、試合練習など）、選手権大会		
	7月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）		
	8月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）		
	9月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）、区民大会		
	10月	練習（フットワーク、基礎打ち、試合練習など）、新人戦		
	11月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）		
	12月	練習（フットワーク、基礎打ち、試合練習など） バドミントン協会戦（登録選手のみ）		
	1月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）		
	2月	練習（フットワーク、基礎打ち、試合練習など）、区民大会、1年生大会		
	3月	練習（フットワーク、基礎打ち、模擬試合など）		

大田区立馬込東中学校 陸上競技部 年間の活動計画

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技の技術向上 ・挨拶、礼儀、感謝、規律、協調性を養う 			
活動日	月曜日・木曜日・金曜日			
活動時間	平日	2時間	休日	3時間
休養日	火曜日・水曜日・土曜日・日曜日			
主な活動予定	4月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		
	5月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習 地域別陸上競技大会		
	6月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習 地域別陸上競技大会		
	7月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		
	8月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		
	9月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習 大田区中学校陸上競技大会		
	10月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		
	11月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習 東京都中学校駅伝競走大会		
	12月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		
	1月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習 東京都中学校ロードレース大会		
	2月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		
	3月	ドリル、ラダーによる基礎動作、種目別練習		

年間目標	・礼儀、協力、精神的な強さを育てる ・テニスの基本技術、基礎体力の向上			
活動日	(男子) 水曜・金曜・土曜・(日曜) (女子) 火曜・木曜・土曜・(日曜)			
活動時間	平日	2時間	休日	3時間
休養日	(男子) 月曜・火曜・木曜 (女子) 月曜・水曜・金曜			
主な活動予定	4月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合 ブロック大会シングルス、ダブルス		
	5月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合		
	6月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合 ブロック大会団体戦、区大会団体戦		
	7月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合		
	8月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合 新人ブロック大会シングルス、ダブルス		
	9月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合 都大会団体戦		
	10月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合、筋力トレーニング		
	11月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合、筋力トレーニング 区大会団体戦		
	12月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合、筋力トレーニング		
	1月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合、筋力トレーニング		
	2月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合		
	3月	サーブ、レシーブ、ボレー、試合形式、ラリー練習 練習試合		

大田区立馬込東中学校 ダンス部 年間の活動計画

年間目標	仲間と試行錯誤し、向上する集団 礼儀正しい集団			
活動日	月、火、金、(土、日)			
活動時間	平日	16:00~17:45	休日	9:00~11:00
休養日	水、木、(土、日)			
主な活動予定	4月	(馬込文士村大桜祭り 出演) (子どもガーデンパーティー 出演) 練習		
	5月	発表演目 学年練習・グループ練習		
	6月	発表演目 学年練習・グループ練習		
	7月	(大田文化の夏祭り 出演) 発表演目 学年練習・グループ練習		
	8月	発表演目 学年練習・グループ練習		
	9月	(北野神社の夏祭り 出演) 学芸祭練習(振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		
	10月	(学芸祭 出演) 練習(振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		
	11月	発表演目 学年練習・グループ練習 (振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		
	12月	(大田文化の森点灯式 出演) 練習(振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		
	1月	練習(振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		
	2月	練習(振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		
	3月	(大田文化の森 OH盛祭 出演) 練習(振り付けを覚える。全体の動きを覚える。)		

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> ・部活動を通して、礼儀やマナー、協調性を養う。 ・練習を通して、自主性を伸ばし、目標に向かって努力する姿勢を育む。 ・演奏活動を通して、学校や地域に貢献する姿勢を育む 			
活動日	月・水・木・金・(土)			
活動時間	平日	15:00～17:50	休日	9:00～12:00
休養日	火・日・祝日			
主な活動予定	4月	入学式・新入生歓迎会・ガーデンパーティ(馬込小)参加		
	5月	コンクールに向けた練習・体育祭に向けた練習		
	6月	コンクールに向けた練習・体育祭		
	7月	コンクールに向けた練習・東京都中学校吹奏楽コンクール本番		
	8月	東京都中学校吹奏楽コンクール本番		
	9月	学芸祭に向けた練習・70周年記念式典に向けての練習		
	10月	70周年記念式典・学芸祭		
	11月	基礎練習・アンサンブルコンテストに向けた練習・JHS練習開始		
	12月	スプリングコンサート・アンサンブルコンテストに向けた練習・JHSの練習		
	1月	東京都中学校アンサンブルコンテスト・JHSの練習		
	2月	JHS「春風コンサート」に向けた練習スプリングコンサート・卒業式に向けた練習		
	3月	JHS「春風コンサート」・卒業式・スプリングコンサート、入学式に向けた練習		

年間目標	対局などを通して、礼儀を身につけ、思考力を高める。			
活動日	火曜日			
活動時間	平日	1時間	休日	なし
休養日				
主な活動予定	4月	・将棋の基本的なルール		
	5月	・駒の動かし方を覚える		
	6月	・詰め将棋		
	7月	・詰め将棋		
	8月			
	9月	・対局 トーナメント		
	10月	・対局		
	11月	・対局		
	12月	・対局 トーナメント		
	1月	・対局		
	2月	・対局		
	3月	・対局 トーナメント		

年間目標	学年を超えて協力しながら作品づくりに取り組めるようになる。 各自が制作の目標を立て、自主的な活動ができるようになる。			
活動日	火曜日、木曜日、不定期の土休日			
活動時間	平日	2時間	休日	不定期に往復含め5時間
休養日	月曜日、水曜日、金曜日			
主な活動予定	4月	部活動紹介の準備、デッサン、「江戸切り子」体験学習、油彩		
	5月	油彩、デッサン、「江戸切り子」体験学習、		
	6月	油彩、デッサン、国立西洋美術館鑑賞学習		
	7月	油彩、デッサン、東京国立博物館鑑賞学習		
	8月			
	9月	油彩、デッサン		
	10月	油彩、デッサン		
	11月	デッサン、ゼンタングル、イラスト		
	12月	デッサン、ゼンタングル、イラスト		
	1月	デッサン、ゼンタングル、イラスト		
	2月	油彩、デッサン、イラスト、東京都美術館鑑賞学習		
	3月	部活動紹介準備、イラスト、		

大田区立馬込東中学校 華道部 年間の活動計画

年間目標	花の生け方などを通して、礼儀を身につけ、想像力を高める。			
活動日	月に一回の月曜日			
活動時間	平日	1時間	休日	活動なし
休養日				
主な活動予定	4月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	5月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	6月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	7月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	8月	活動なし		
	9月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	10月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	11月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	12月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	1月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	2月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		
	3月	・季節の花を使い、花を生けることで心を和ませる。		

大田区立馬込東中学校 ボランティア部 年間の活動計画

年間目標	活動を通して、ボランティア精神を養う			
活動日	木曜日（老人ホーム訪問の際は水曜日活動あり）			
活動時間	平日	15時45分～18時00分 (水曜日の場合 14:45～17:00)	休日	なし
休養日	木曜日以外			
主な活動予定	4月	新入生オリエンテーション、仮入部、組織決め、年間活動計画確認、校内美化（花壇整備）		
	5月	校内美化（草取り、花壇整備）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	6月	校舎内美化（草取り、花壇整備）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	7月	校舎内美化（草取り、花壇整備）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	8月	活動なし		
	9月	校内美化（花壇整備）地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成、新組織作り		
	10月	校内美化（花壇整備、落ち葉掃き）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	11月	校内美化（花壇整備、落ち葉掃き）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	12月	校内美化（花壇整備、落ち葉掃き）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	1月	地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	2月	地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成		
	3月	校内美化（花壇整備）、地域美化活動、特別養護老人ホーム掲示物作成 3年生お別れ会（部内）、新入生オリエンテーション準備		