

陸上 部年間活動計画(案)

顧問名

矢作 杏美
志賀 瞳

活動目標	当たり前を当たり前に～周りから応援させるチームに～											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)	<ul style="list-style-type: none"> ・木曜日以外の平日 (放課後2時間程度) 最大18時00分まで ・休日1日(3時間程度) ・原市中学校校庭、競技場 ・基本の徹底 ・専門練習 ・実践練習 ・他校との合同練習 				<ul style="list-style-type: none"> ・木曜日以外の平日 (放課後2時間程度) 新人戦前までは18時00分まで 新人戦以降は17時00分まで ・休日1日(3時間程度) ・原市中学校校庭、競技場 ・基本の徹底 ・専門練習 ・実践練習 ・他校との合同練習 ・市内駅伝 				<ul style="list-style-type: none"> ・木曜日以外の平日 (放課後2時間程度) 17時15分まで ・休日1日(3時間程度) ・原市中学校校庭、 競技場 ・基本の徹底 ・専門練習 ・実践練習 ・他校との合同練習 ・駅伝練習 			
休養日 オフシーズン	<ul style="list-style-type: none"> ・テスト期間 ・平日(木曜日)、 休日(日曜日、祝日) ・学校閉庁日 				<ul style="list-style-type: none"> ・テスト期間 ・平日(木曜日)、 休日(日曜日、祝日) ・学校閉庁日 				<ul style="list-style-type: none"> ・テスト期間 ・平日(木曜日)、 休日(日曜日、祝日) ・学校閉庁日 			
参加予定大会 日程等	5月 市内通信陸上 6月 県通信陸上 市内学校総合体育大会 7月 県学校総合体育大会				8月 関東中学陸上競技大会 全日本中学校陸上競技選手権大会 9月 市内新人戦 10月 県新人戦 市内駅伝 11月 県駅伝 12月 原市駅伝							
備考	埼玉陸上競技協会主催の記録会に参加											

野球

部年間活動計画(案)

顧問名

山田 将来
山口 正義

活動目標	スローガン「準備と確認 一瞬の積み重ね」											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)	最大18:00まで 原市中学校校庭を基本とし、校外への遠征も行う。 ・基礎基本の徹底 ・ゲーム形式の練習 ・守備練習 ・打撃練習 ・走塁練習			新人戦前は最大18:00まで 新人戦後は最大17:00まで 原市中学校校庭を基本とし、校外への遠征も行う。 ・基礎基本の徹底 ・ゲーム形式の練習 ・守備練習 ・打撃練習 ・走塁練習			新人戦前は最大17:15まで 原市中学校校庭を基本とし、校外への遠征も行う。 ・基礎基本の徹底 ・ゲーム形式の練習 ・守備練習 ・打撃練習 ・走塁練習					
休養日 オフシーズン	学校総合体育大会後の休養 テスト期間			お盆期間 テスト期間			冬休みの三 元日 テスト期間					
参加予定大会 日程等	6月 学校総合体育大会上尾市予選会 7月 学校総合体育大会県大会 8月 学校総合体育大会関東大会 全国中学校体育大会			9月新人体育大会上尾市予選会 10月新人体育大会県大会			県北大会予選					
備考												

サッカー 部年間活動計画 (案)

顧問名 関 正憲 宇賀神 拓也

活動目標	サッカーという素晴らしいスポーツを通して、 チームワークを大切に、一人ひとりが自分の役割を果たし、 社会で通用する対人スキルを身に付ける											
	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)		基礎基本 シュート練習 ゲーム 月 15:10~17:30 火・水・金 16:10~18:00 土 8:00~11:00				基礎基本 シュート練習 ゲーム 月 15:10~17:30 火・水・金 16:10~18:00 土 8:00~11:00 新人戦以降 月 15:10~17:30 火・水・金 16:10~17:30 土 8:00~11:00				基礎基本 シュート練習 ゲーム 月 15:10~17:00 火・水・金 16:10~17:00 土 8:00~11:00		
休養日 オフシーズン		木曜日 日曜日				木曜日 日曜日				木曜日 日曜日		
参加予定大会 日程等		学校総合体育大会				新人体育大会兼県民スポーツ大会 1年生大会				高円宮杯		
備考												

男子ソフトテニス 部年間活動計画 (案)

顧問名 渡部央 峯尾友紀子

活動目標	心技の成長とテニスを楽しむこと											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	会場:原市中テニスコート、上平公園、他の学校のテニスコート 練習時間:16:00~17:30 午前練習:8:00~12:00 午後練習:13:00~16:00 練習内容:サーブレシーブ、試合形式			会場:原市中テニスコート、上平公園、他の学校のテニスコート 練習時間:16:00~17:30 午前練習:8:00~12:00 午後練習:13:00~16:00 練習内容:サーブレシーブ、試合形式			会場:原市中テニスコート、上平公園、他の学校のテニスコート 練習時間:16:00~17:30 午前練習:8:00~12:00 午後練習:13:00~16:00 練習内容:サーブレシーブ、試合形式					
休養日 オフシーズン	原則平日1日、日曜、祝日			原則平日1日、日曜、祝日			原則平日1日、日曜、祝日					
参加予定大会 日程等	スポーツ都市宣言大会 県南大会 上尾オープン 春季大会 学総 夏季選抜大会 学総県大会			県南新人大会 秋季大会 新人戦 新人戦県大会			冬季大会 審判講習会 実技講習会 冬季選抜大会 郡市選抜大会					
備考												

女子ソフトテニス 部年間活動計画 (案)

顧問名

船田 一平

活動目標	①『できないことを、できないままにしない』…意識高く、自主的に練習に参加し技術を高める ②『センスは磨くもの、才能は開花させるもの』…自分の強みと弱みを知り、改善していく ③『勝つために、やるべきことを考え、できるまでやる』…本番を意識してチームとして取り組む											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	平日放課後2時間程度 15:10(16:10)～完全下校まで 休日3時間程度(午前午後どちらか) 練習試合は半日程度 午前(8:30～12:00) 午後(13:00～16:30) ※木曜と日曜は休み <上級生・活動内容> ①アップと基本ボレー、乱打 ②サーブ&レシーブ ③前衛と後衛の実践練習 <下級生・活動内容> ①ボールに慣れる ②フォア・バックでボールを打つ ③サーブを習得する				平日放課後2時間程度 15:10(16:10)～完全下校まで 休日3時間程度(午前午後どちらか) 練習試合は半日程度 午前(8:30～12:00) 午後(13:00～16:30) ※木曜と日曜は休み <上級生・活動内容> ①アップと基本ボレー、乱打 ②サーブ&レシーブ ③前衛と後衛の実践練習 <下級生・活動内容> ①アップと基本ボレー、ショート乱打 ②コース・長さを意識した一本打ち ③サーブ&レシーブ ④前衛・後衛の技術力アップ				平日放課後2時間程度 15:10(16:10)～完全下校まで 休日3時間程度(午前午後どちらか) 練習試合は半日程度 午前(8:30～12:00) 午後(13:00～16:30) ※木曜と日曜は休み <上級生・活動内容> ①基本ボレー、乱打 ②サーブ&レシーブ ③前衛と後衛の実践練習 <下級生・活動内容> ①基本ボレー、乱打 ②サーブ&レシーブ ③前衛と後衛の実践練習			
休養日 オフシーズン	日曜日・振り替え日 学校休校日				日曜日・振り替え日 学校休校日				日曜日・振り替え日 学校休校日			
参加予定大会 日程等	春季市民大会(5月) 学校総合体育大会(6月) サンワカップ(7月)				蓮南杯(8月) 蓮田カップ(8月) 秋季市民大会(9月) 新人兼県民体育大会(10月) 上尾市中学生選抜大会(12月) 熊谷カップ(12月)				冬季市民大会(1月) 上尾市中学校交流大会(2月) 上尾市ソフトテニス研修大会(2月) 浦和カップ(2月) 川越カップ(3月)			
備考												

部年間活動計画 (案)

顧問名

田中健治郎

<p>活動目標</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・剣道の技能を上達させる。 ・仲間と協力し合う力を身につける。 ・剣道を通して、自身を成長させる。 											
<p>月</p>	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
<p>活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・木曜日以外の平日 (放課後2時間程度) 最大18時00分まで ・休日1日(3時間程度) ・基本練習 ・他校との合同稽古 											
<p>休養日 オフシーズン</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・テスト期間 ・平日(木曜日)、 休日(日曜日、祝日) ・学校閉庁日 											
<p>参加予定大会 日程等</p>	<p>6月 市内学校総合体育大会</p> <p>7月 県学校総合体育大会</p>											
<p>備考</p>												

バドミントン 部年間活動計画（案）

顧問名 山本秀弥・松本乃愛

活動目標	<p style="text-align: center;">自然性～自らが燃え、周りに火を灯す～ 言われてやるのは加燃性 言われてもやらないのは不燃性</p>											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	<p>活動日:月・火・水・金・土曜日 平日:16:00～17:00 休日:8:00～17:00のうち2～3時間 場所:自校体育館 内容:羽打ち・トレーニング</p>											
休養日 オフシーズン	<p>木・日曜日・学校閉庁日 テスト前部活動停止期間・ふれあいデー</p>											
参加予定大会 日程等	学校総合体育大会				新人体育大会							
備考												

卓球

部年間活動計画(案)

顧問名 越路 理恵・三澤 健吾

活動目標	感謝と敬意を忘れず、仲間と共に技術の向上を目指す											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)	<p>【月】(男子)中練習@多目的室 (女子)ミーティング 【火】【金】体育館練習 【水】(男子)外練習 (女子)中練習@多目的室 ＜内容＞ ・メニュー練習(ラリー・多球練習・フットワーク・試合形式等) ・部内戦</p> <p>【土】3時間程度 ＜内容＞ ・練習試合 ・メニュー練習 ・部内戦</p> <p>【土】2～3時間程度 ＜内容＞ ・練習試合 ・メニュー練習 ・部内戦</p>				<p>【月】【火】【水】【金】(男女)武道場練習 ＜内容＞ ・メニュー練習(ラリー・多球練習・フットワーク・試合形式等) ・部内戦</p> <p>【土】3時間程度 ＜内容＞ ・練習試合 ・メニュー練習 ・部内戦</p>				<p>【月】【火】【水】【金】(男女)武道場練習 ＜内容＞ ・メニュー練習(ラリー・多球練習・フットワーク・試合形式等) ・部内戦</p> <p>【土】3時間程度 ＜内容＞ ・練習試合 ・メニュー練習 ・部内戦</p>			
休養日 オフシーズン	木曜日 日曜日 祝日(原則)				木曜日 日曜日 祝日(原則)				木曜日 日曜日 祝日(原則)			
参加予定大会 日程等	6/18・19 学校総合体育大会 南部地区強化試合				9/24・25 新人体育大会 11/29・12/6 埼玉県カデット卓球選手権大会シングルス 12/25・26・27・28 埼玉県カデット強化卓球大会				1/7 埼玉県カデットダブルスチームカップ 南部地区強化試合			
備考												

男子バスケットボール 部年間活動計画 (案)

顧問名 小室涼・高野裕貴

活動目標	バスケットボールを通じて、集団の一員としての自覚を持ち、責任感、社会性の育成を図る												
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)		(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:15 ・火曜～金曜 16:15～18:00 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(ドリブル、パス、シュート) ・外(ラントレ、フットワーク、シューティング)					(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:00 ・火曜～金曜 16:15～17:00 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(ドリブル、パス、シュート) ・外(ラントレ、フットワーク、シューティング)				(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:15 ・火曜～金曜 16:15～17:30 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(ドリブル、パス、シュート) ・外(ラントレ、フットワーク、シューティング)		
休養日 オフシーズン	・木曜日、日曜日、祝日(原則)				・木曜日、日曜日、祝日(原則)				・木曜日、日曜日、祝日(原則)				
参加予定大会 日程等	学校総合体育大会				新人体育大会				春季大会				
備考													

女子バスケットボール 部年間活動計画 (案)

顧問名 佐野 大輔
岸 千香音

活動目標	<ul style="list-style-type: none"> ・練習や試合などを通して、技術面の向上や心の成長を図る。 ・集団の一員としての自覚を持ち、率先して行動できるように心がける。 ・学校生活との両立を意識し、他の模範となれるような生徒を目指す。 											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	(時間・曜日) ○月曜日 15:15～17:15 ○火・水・金曜日 16:15～18:00 ○土曜日 練習または練習試合等 ※ローテーションで実施 A 8:00～10:00 B10:15～12:15 C12:30～14:30 D14:45～16:45 (活動場所) ○月・水・土曜日 体育館 ○火・金曜日 外練習 (活動内容) ○体育館 基礎練習、ゲーム形式の練習 ○外練習 基礎トレーニング、シューティング			(時間・曜日) ○月曜日 15:15～17:00 ○火・水・金曜日 16:15～17:00 ○土曜日 練習または練習試合等 ※ローテーションで実施 A 8:00～10:00 B10:15～12:15 C12:30～14:30 D14:45～16:45 (活動場所) ○月・水・土曜日 体育館 ○火・金曜日 外練習 (活動内容) ○体育館 基礎練習、ゲーム形式の練習 ○外練習			(時間・曜日) ○月曜日 15:15～17:15 ○火・水・金曜日 16:15～17:30 ○土曜日 練習or練習試合 A 8:00～10:00 B 10:15～12:15 C 12:30～14:30 D 14:45～16:45 (活動場所) ○月・水・土曜日 体育館 ○火・金曜日 外練習 (活動内容)					
休養日 オフシーズン	○木曜日、日曜日、祝日(原則) ○サマーリフレッシュウィーク(8/11～8/15) ○ウインターリフレッシュウィーク(12/18～1/4)											
参加予定大会 日程等	学校総合体育大会			新人体育大会			春季大会					
備考												

男子バレーボール部年間活動計画(案)

顧問名 金子侑暉 葛西優斗

活動目標	バレーボールを通じて人間性を高め、真剣に活動に取り組む態度を育む。											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:15 ・火曜～金曜 16:15～18:00 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(パス、対人、スパイク、サーブ) ・外(パス、サーブカット等)			(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:00 ・火曜～金曜 16:15～17:00 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(パス、対人、スパイク、サーブ) ・外(パス、サーブカット等)			(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:15 ・火曜～金曜 16:15～17:30 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(パス、対人、スパイク、サーブ) ・外(パス、サーブカット等)					
休養日 オフシーズン	日曜日、振替日、学校休校日			日曜日、振替日、学校休校日			日曜日、振替日、学校休校日					
参加予定大会 日程等	学校総合体育大会(6月)			新人兼県民総合体育大会(9月)			1年生大会(1月) 協会長杯(3月)					
備考												

女子バレー 部年間活動計画(案)

顧問名

栗原 暢将

活動目標	・バレーボールを通して、人間性の向上に努める											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)	(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:15 ・火曜～金曜 16:15～18:00 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(レシーブ、サーブ、スパイク、トス) ・外(ラントレ、ラダー、レシーブ)			(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:00 ・火曜～金曜 16:15～17:00 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(レシーブ、サーブ、スパイク、トス) ・外(ラントレ、ラダー、レシーブ)			(時間・曜日) ・月曜日 15:15～17:15 ・火曜～金曜 16:15～17:30 ・土曜日(8:00～17:00) 土は2時間ずつローテーションで回しています ・平日は体育館と外をローテーションしながら使用 (活動内容) ・体育館(レシーブ、サーブ、スパイク、トス) ・外(ラントレ、ラダー、レシーブ)					
休養日 オフシーズン	・木曜日、日曜日、祝日(原則)			・木曜日、日曜日、祝日(原則)			・木曜日、日曜日、祝日(原則)					
参加予定大会 日程等	学校総合体育大会			新人体育大会			1年生大会 協会長杯					
備考												

吹奏楽 部年間活動計画（案）

顧問名 小沼卓人・吉田友花里

活動目標	音楽を通して集団で協力する姿勢を育む。											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)	<p>木曜日以外の平日・・・放課後に2時間程度 職員会議、学年会議などが入っている日は部活動がありません。 土曜日・・・午前中3時間程度</p> <p>場所・・・第一音楽室</p>											
休養日 オフシーズン	木曜日、日曜日			木曜日、日曜日 及びお盆の長期休業日					木曜日、日曜日 及び年末年始、春休 み			
参加予定大会 日程等	7月末～8月上旬 吹奏楽コンクール			<p>8月 夏祭り招待演奏</p> <p>10月 秋祭り招待演奏</p> <p>11月 アンサンブルコンテスト</p> <p>12月 クリスマスコンサート</p>								
備考												

部年間活動計画（案）

顧問名

吉崎 愛

活動目標	活動を通し、技能の習得と、根気よく制作に取り組む姿勢を身に付ける。 仲間との活動を通し、人としてのマナーを身に付ける。											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)	曜日:月(15:05-16:45) 水、金(16:05-17:15) 活動場所:美術室											
休養日 オフシーズン	火、木、土、日、祝日、長期 休業日(夏休みの前半数日 のみ活動)											
参加予定大会 日程等	大会等特になし。合唱祭と 三送会で看板製作をする。											
備考												

部年間活動計画（案）

顧問名

宮崎一男

活動目標	より「おもしろい」ゲームの作成											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	<p>活動時間 毎週 水曜日 金曜日</p> <p>活動時間 原則5時まで</p> <p>場所 パソコン教室</p> <p>活動内容 自分独自の「ゲーム」を作るこ と その他 自分の課題を作りその作品を作ること</p> <p>以上 年間を通した活動</p>											
休養日 オフシーズン												
参加予定大会 日程等	今のところ有りません											
備考												

家庭科部 部年間活動計画（案）

顧問名

宮下香代

活動目標	創意・工夫して制作をしよう！											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
<p>活動概要 (曜日・時間・場所 ・内容など)</p>	<p>活動時間 毎週 月曜日 火曜日</p> <p>活動時間 原則5時まで</p> <p>場所 被服室</p> <p>活動内容 ・個人制作 ・創意工夫発明展にむけて の発表準備 ・調理実習自</p> <p>以上 年間を通した活 動</p>				<p>創意工夫発明展発表</p>							
<p>休養日 オフシーズン</p>												
<p>参加予定大会 日程等</p>												
<p>備考</p>												