

令和 7 年度 府中市立府中第五中学校 女子バスケットボール部 活動方針							
活動方針	・日々の練習を通してバスケットボールの基本的な技術の習得・上達、体力の向上をはかるとともに、活動を通して自主性、社会性を身につける。 ・規則、礼儀を重んじる精神を養い、チームの団結力を深め共通の目標に向かって努力する。						
部員数 (4月21日現在)	1 年 1 4 名		2 年 6 名		3 年 3 名		合計 2 3 名
活動日 (活動日に○印)	月 ○	火 ○	水	木 ○	金 ○	土 ○	日 (○)
特記事項	平常時は平日 4 日間、土・日どちらかに活動を行う。活動制限時は府中市のルールに準じて活動日を設定する。 日曜公式戦の場合は翌月曜を代替の休養日とする。						
活動時間(平日)	夏季	1 6 : 0 0 ~ 1 8 : 3 0			冬季	1 6 : 0 0 ~ 1 8 : 0 0	
活動時間(休日)	午前実施	9 : 0 0 ~ 1 2 : 0 0			午後実施	1 3 : 0 0 ~ 1 6 : 0 0	
主な活動予定	4 月	練習・保護者会					
	5 月	練習					
	6 月	練習・第 9 ブロック選手権大会					
	7 月	練習・東京都選手権大会					
	8 月	練習					
	9 月	練習・府中市秋季大会					
	1 0 月	練習・第 9 ブロック新人大会					
	1 1 月	練習					
	1 2 月	練習					
	1 月	練習・東京都新人大会					
	2 月	練習・多摩大会					
	3 月	練習・府中市春季大会(1 年生大会)					
参加予定の 大会 コンクール等	【 公式戦 】 ・選手権大会 ・新人大会 【府中市内大会】・府中市秋季大会 ・府中市春季大会 【 他 】 ・多摩大会 ・カップ戦 等						
安全指導・ 配慮等について	練習時に必ずウォーミングアップやストレッチを行い、怪我の未然防止に努める。 練習中は適宜水分補給の時間を取り、また各自判断の上での休息、給水を認める。 夏季は水分補給の時間を増やして生徒の体調を確認しながら練習を進め、WBGT 測定器を確認して、熱中症となる危険性がある場合には活動を中止する。						