

(野球) 部年間活動計画

顧問名 齋藤 翔太・澁岡 知子

活動目標	心の野球 ～学校・保護者・地域から応援されるチームへ～											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	基礎練習 重点期間 ・新入生基礎練習 ・上級生実践中心 ・新チームミーティング ・基礎練習 ・練習試合、合同練習 ・トレーニング 等			実践練習 重点期間 ・サインプレー ・基礎練習 ・練習試合 ・トレーニング 等				トレーニング 重点期間 ・体幹トレーニング ・下半身強化 ・バッティング ・合同練習 ・基礎練習 等				
	基本毎週水曜休み(土日の活動を含め、詳細は毎月の計画表に)											
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン				テスト部休		ハイシーズ		テスト部		オフシーズ		テスト部
参加予定大会 日程等		学総大				新人体育大	こいのぼり杯					県北大大会予
備考												

(大和根中学校)

5年度

(サッカー部) 部年間活動計画

顧問名 井上 樹・瀧岡 知子

活動目標	①由活面服装・挨拶・返事・体調管理 ②学習面授業態度・提出物・積極性 ③学校生活クラス・学年・学校を支える存在 ④部活動好きなことで目標に向かってチャレンジできる時間 ⑤その他すべて感謝の気持ちを持つ											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	夏季総合体育大会に向けた 基礎の確認とチームプレーの向上 ・高円宮杯 ・学総				新体制での組織作り 新人戦に向けての体力・技術向上 ・新人戦 ・1年生大会				・北埼リーグ			
	基礎練習 ・パス&GO ・ドリブル ・ロングキック											
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	ハイシーズン				オフシーズン				オフシーズン			
参加予定大会 日程等	高円宮杯 北埼玉地区夏大会				プレ秋季大会 秋季大会				新人戦 北埼玉リーグ			
備考												

(陸上部) 部年間活動計画

顧問名 松本 敏哉 ・ 太刀岡 聡志

活動目標	(1)活動を通して、中学生として・スポーツマンとしての礼儀やマナーを身につける。 (2)練習に励みながら友情を深め、好ましい人間関係をつくる。 (3)体力・技術・記録の向上と、大会での上位入賞を目指す。																						
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3											
活動概要	<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:25%; padding: 5px;"> 春期トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 ・種目練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・本入部ミーティング ・部活動保護者 </div> </td> <td style="width:25%; padding: 5px;"> 夏季トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・基礎練習 ・種目練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・新チームミーティング </div> </td> <td style="width:25%; padding: 5px;"> 秋季トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 ・種目練習 </td> <td style="width:25%; padding: 5px;"> 冬期トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・新シーズン </div> </td> </tr> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> 毎週水曜・日曜休み(大会等は除く。詳細は毎月の計画表による。) </div>												春期トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 ・種目練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・本入部ミーティング ・部活動保護者 </div>	夏季トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・基礎練習 ・種目練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・新チームミーティング </div>	秋季トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 ・種目練習	冬期トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・新シーズン </div>							
春期トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 ・種目練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・本入部ミーティング ・部活動保護者 </div>	夏季トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・基礎練習 ・種目練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・新チームミーティング </div>	秋季トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 ・種目練習	冬期トレーニング ・体幹トレーニング ・筋力強化 ・持久力強化 ・基礎練習 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> ・新シーズン </div>																				
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">テスト部</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">ハイシーズン</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">テスト部</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">ハイシーズン</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">ローシーズン</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">ハイシーズン</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">テスト部</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">テスト部</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">オフシーズン</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">ローシーズン</td> <td style="width:12.5%; border: 1px solid black;">テスト部</td> </tr> </table>												テスト部	ハイシーズン	テスト部	ハイシーズン	ローシーズン	ハイシーズン	テスト部	テスト部	オフシーズン	ローシーズン	テスト部
テスト部	ハイシーズン	テスト部	ハイシーズン	ローシーズン	ハイシーズン	テスト部	テスト部	オフシーズン	ローシーズン	テスト部													
参加予定大会 日程等	<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:25%; padding: 5px; vertical-align: top;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">通信陸上競技大</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">学校総合体育大</div> </td> <td style="width:25%; padding: 5px; vertical-align: top;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">新人体育大</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">駅伝競走大</div> </td> <td style="width:25%; padding: 5px; vertical-align: top;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 5月:越谷市記録会 加須市記録会 7月:アストリナージュ記録 </div> </td> <td style="width:25%; padding: 5px; vertical-align: top;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 9月:加須市記録会 11月:越谷カップ </div> </td> <td style="width:25%; padding: 5px; vertical-align: top;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 3月:越谷記録 </div> </td> </tr> </table>												<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">通信陸上競技大</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">学校総合体育大</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">新人体育大</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">駅伝競走大</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 5月:越谷市記録会 加須市記録会 7月:アストリナージュ記録 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 9月:加須市記録会 11月:越谷カップ </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 3月:越谷記録 </div>						
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">通信陸上競技大</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">学校総合体育大</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">新人体育大</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">駅伝競走大</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 5月:越谷市記録会 加須市記録会 7月:アストリナージュ記録 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 9月:加須市記録会 11月:越谷カップ </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 【記録会】 3月:越谷記録 </div>																			
備考																							

(男子バスケットボール部) 部年間活動計画

顧問名 武正 貴裕 ・ 柿沼 美貴

活動目標	礼儀正しいチーム 早さ(速さ)を意識するチーム 周りが見えるチーム												
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
活動概要	①学校総合体育大会に向けたチーム作り ・オフェンス基礎練習 シュート、パス、ドルブル等 ・ディフェンス基礎練習 フットワーク、ディナイ等 ・1対1 ・2対2 ・3対3 ・フォーメーション練習 ・5対5 ・練習試合			①新チーム体制作り ②新人体育大会に向けたチーム作り ・オフェンス基礎練習 シュート、パス、ドルブル等 ・ディフェンス基礎練習 フットワーク、ディナイ等 ・1対1 ・2対2 ・3対3 ・5対5 ・練習試合			①新人戦から見えた課題の改善 ②体カづくり ・オフェンス基礎練習 シュート、パス、ドルブル等 ・ディフェンス基礎練習 フットワーク、ディナイ等 ・1対1 ・2対2 ・3対3 ・5対5 ・練習試合 ・筋カトレーニング ・体幹トレーニング ・長距離走						
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン		テスト部休	ハイシーズン	テスト部休		テスト部休	ハイシーズン	ローシーズン	テスト部休	オフシーズン		テスト部休	
参加予定大会 日程等	北埼玉地区交流大会		学校総合体育大会		東部地区大会	加須市秋季大会	新人体育大会				加須市冬季大会		北埼玉地区春季大会
備考													

(女子バスケットボール部) 部年間活動計画

顧問名 小山 優奈・柿沼 美貴

活動目標	北埼玉ベスト4出場													
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3		
活動概要	①体力づくり ②対人練習をなるべくおさえ、基礎練習を主に行う ・オフェンス基礎練習 シュート、パス、ダブル等 ・ディフェンス基礎練習 フットワーク、ディナイ等 ・1対1 ・2対2 ・3対3 ・フォーメーション練習 ・5対5 ・練習試合				①新チーム体制作り ②対人練習をなるべくおさえ、基礎練習を主に行う ・オフェンス基礎練習 シュート、パス、ダブル等 ・ディフェンス基礎練習 フットワーク、ディナイ等 ・1対1 ・2対2 ・3対3 ・5対5 ・練習試合				①体力づくり ②対人練習をなるべくおさえ、基礎練習を主に行う ・オフェンス基礎練習 シュート、パス、ダブル等 ・ディフェンス基礎練習 フットワーク、ディナイ等 ・1対1 ・2対2 ・3対3 ・5対5 ・練習試合 ・筋力トレーニング ・体幹トレーニング					
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	テスト部		ハイシーズ	テスト部	テスト部		ハイシーズ	ローシーズ	テスト部	オフシーズ	テスト部			
参加予定大会 日程等	北埼玉地区交流大会		学校総合体育大会		東部地区大会		加須市秋季大会		新人体育大会		加須市冬季大会		北埼玉地区春季大会	
備考														

(大和根中学校)

令和5年度

(女子バレーボール部) 部年間活動計画

顧問名

岡戸美抄緒

活動目標	<ul style="list-style-type: none"> ・応援されるチームになる ・諦めないチームをつくる ・学校総合体育大会、新人戦、東部地区大会 県大会出場する 											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	<ul style="list-style-type: none"> ・新体制目標設定MT (学校総合体育大会設定) ・基礎練習 ・体力作り ・チーム練習(練習試合) ・遠征 			<ul style="list-style-type: none"> ・新体制目標設定MT (新人体育大会設定) ・基本練習 ・体力作り ・連携練習 ・目標設定MT (東部地区大会設定) 					<ul style="list-style-type: none"> ・基本練習 ・体力作り ・連携練習 			
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 基本毎週水曜休み(土日の活動を含め、詳細は毎月の計画表に </div>												
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	ハイ シーズ	テス ト部			ハイ シーズ	ロー シーズ	テス ト部	ロー シーズ	オフ シーズ	ハイ シーズ	テス ト部	
参加予定大会 日程等	☆学校総合体育大会				☆新人戦 ☆高校主催大会 ☆市内大会 ☆加須市近隣大会				☆新春大会 ☆東部地区大会			
備考												

(大和根中学校)

5年度

(剣道部) 部年間活動計画

顧問名

杉岡 俊彦

活動目標	<ul style="list-style-type: none"> ・全国関東大会出場 ・学校をリードする生活につとめる <p>～直心是道場～</p>													
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3		
活動概要	実践練習 重点期間 <ul style="list-style-type: none"> ・新入生基礎練習 ・上級生実践中心 ・練習試合 ・ミーティング等 			基礎練習 重点期間 <ul style="list-style-type: none"> ・新チームミーティング ・基礎練習 ・練習試合、合同練習 ・トレーニング 			実践練習 重点期間 <ul style="list-style-type: none"> ・基礎練習 ・練習試合 ・トレーニング等 			トレーニング 重点期間 <ul style="list-style-type: none"> ・体幹トレーニング ・下半身強化 ・合同練習 ・基礎練習等 				
基本毎週水曜休み(土日の活動を含め、詳細は毎月の計画表に														
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	ハイシーズン		テスト部		ハイシーズン		テスト部		オフシーズン		ローシーズン		テスト部	
参加予定大会 日程等	GW千葉遠征		学校総合体育大		関東・全国大		新人体育大		栃の葉錬成		神奈川強化研修大			
備考														

(大和根中学校)

R5年度

(男子卓球部) 部年間活動計画

顧問名 鈴木龍史・谷部香織

活動目標	県大会出場											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	新入生を迎える会	新入生本部ミーティング	夏季大会	新チームミーティング		東部大会	新人戦		部内戦	加須市大会		東部ダブルス大会
	平日:基本練習、トレーニング											
	基本毎週水曜休み(土日の活動を含め、詳細は毎月の計画表による)											
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン		テスト	ハイシーズン	テスト		ハイシーズン	テスト	テスト	オフシーズン	テスト	ローシーズン	
参加予定大会 日程等			夏季大会			東部大会	新人戦			加須市大会		東部ダブルス大会
	大会等はすべて例年のもので、今年度はすべて未定となっています。											
備考												

(大和根中学校)

5年度

(女子卓球部) 部年間活動計画

顧問名 井 菜々海・谷部香織

活動目標	県大会出場 技術向上											
	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
活動概要	<p>新入生本入部ミーティング</p> <p>保護者会</p> <p>夏季大会</p> <p>新人戦</p> <p>平日:基本練習、トレーニング</p> <p>基本毎週水曜と日曜が休み(土日の活動を含め、詳細は毎月の計画表による)</p>											
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	<p>ハイシーズン</p> <p>テスト</p> <p>ハイシーズン</p> <p>テスト</p> <p>テスト</p> <p>オフシーズン</p> <p>テスト</p>											
参加予定大会 日程等	<p>学校総合体育大会</p> <p>新人体育大会</p> <p>例年北埼玉地区強化練習会が入ってきます</p>											
備考												

(大和根中学校)

5年度

(吹奏楽部) 部年間活動計画

顧問名 小笠原千明・江森 彩美

活動目標	多くの人に感動をしてもらえるような演奏をする。														
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3			
活動概要	入学式入退場演奏 新入生歓迎会演奏 楽器講習会			東部支部吹奏楽研究発表会 体育祭での演奏(部活動リレー)			吹奏楽コンクール おおとね商工祭り演奏			アンサンブルコンテスト 大中祭での演奏			バンドセッション 三送会入退場演奏 定期演奏会		
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン			テスト部 ハイシーズ		ローシーズ		ハイシーズ テスト部		オフシーズ		テスト部 ハイシーズ				
参加予定大会 日程等															
備考															

(大和根中学校)

5年度

(美術部) 部年間活動計画

顧問名 北山 奈津美


活動目標	画力と人間力の向上											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	郷土を描く美術展 制作 身体障害者福祉のための美術展 制作 ポスター制作			校内展覧会	郷土を描く美術展 制作 校外学習(美術館)		大中祭準備	大中祭準備	水彩の基礎 デッサン・透視図法 個人制作	個人制作 個人制作		校内展覧会
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン			テスト		ハイシーズン			テスト	ローシーズン		テスト	オフシーズン
参加予定大会 日程等	身体障害者福祉のための美術展 各種ポスターコンクール											郷土を描く美術展
備考	土日・祝日、給食のない日及び毎週火曜日は休養日											

(大和根中学校)

5年度

(総合文化部) 部年間活動計画

顧問名 田中誠人・鈴木晴美

活動目標	理科展での上位入賞を目指す。 学校の緑化活動に取り組む。											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	ロボット製作の準備・練習	ロボット製作の練習	ロボットコンテストに向けての取組							ロボコン全国大会	ロボット製作の練習	ロボット製作の練習
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン	ン オフ シーズ			ン ハイ シーズ						ン オフ シーズ		
参加予定大会 日程等				埼玉県大会 関東甲信越大会						全国大会		
備考												

(大和根中学校)

5年度

(家庭科部) 部年間活動計画

顧問名 岩瀬瑞季・石塚真子

活動目標	技術向上・創意工夫											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要	活動開始・新入生見学と体験	各自の作品製作	各自の作品製作	各自の作品製作	調理実習・体験入学参加	茶道練習	大中祭のための作品製作・大中祭	各自の作品製作	各自の作品製作	各自の作品製作	3年生を送る会練習・色紙製作	新入生歓迎会へ向けての製作
休養日 オフシーズン ローシーズン ハイシーズン					ハイシーズン		ハイシーズン	ローシーズン	ローシーズン	ローシーズン		
参加予定大会 日程等												
備考												