

# 部活動年間計画

足立区立谷中中学校 生活指導部

## 【柔道部】

年間目標	○「生涯にわたり親しむことができる柔道」を目指し、またその中で、努力することの大切さを学ぶ。 ○武道独特の礼節を重んじ、規律のある活動、相手を尊重する姿勢を身みつける。 ○部活動を通じて、達成感・自主性・協調性を学ぶ。	
部員数	1年：9人 2年：3人 3年：5人 *合計：17人	
活動日	☉・④・水・木・⑤・（土・日のいずれか）	
休養日	水・木・土日いずれか	
活動時間	平日2時間程度、休日3時間程度	
主な活動予定	4月	年間目標に基づいた、基本稽古
	5月	
	6月	
	7月	
	8月	
	9月	
	10月	
	11月	
	12月	
	1月	
	2月	
	3月	↓
備考 (大会実績など)	令和3年度 都大会入賞 関東中学校柔道大会 60kg 級出場	
新型コロナウイルス感染症への対策	練習での配慮事項	・3密への配慮 ・活動場所、更衣室の換気 ・練習前の体調確認 ・身体接触を伴う活動、向かい合って発生する活動の自粛 ・使用する用具の消毒 ・練習前後の手洗いの徹底

部活動での感染対策の工夫  
 東京都の状況を踏まえ段階的に練習を行う。そのうえで、当面は以下の方針で練習を行う

- ・当面は対外試合、合同稽古を行わない
- ・個人の能力を高めるフィジカルトレーニングを中心に活動を行う
- ・練習参加およびマスク着用の自由意思を尊重する
- ・個人の道具の貸し借りを禁止する
- ・縦一列による走る・歩く活動を自粛する
- ・身体接触を伴う活動、向かい合った活動の自粛
- ・その他下記欄(新型コロナウイルス感染症への対策)については状況にかかわらず年間を通して配慮する。
- ・全日本柔道連盟の指針に準じて活動をおこなう。