

【活動計画】〔 少林寺拳法 〕部

◇ 年間目標

- ① 目的意識と実践力を持ち、大会入賞など各自の目標達成に向かい日々努力を重ねる。
- ② 少林寺拳法の拳士として心身を鍛え、高校生活において規範となる人物となる。

◇ 部員数

	男子	女子	合計
1年	0	1	1
2年	0	1	1
3年	0	2	2
合計	0	4	4

◇ 顧問・部活動指導員

顧問	5名
外部指導員	1名

◇ 活動日と活動場所

【活動日】 週 5 日

【休養日】 毎週水曜日と日曜日

【活動時間】

(平日) 15:50～16:50 (延長届けにより最大18:30まで)

(週休日等) 9:30～12:30または12:30～15:30 (準備・片付けなどを含む)

* 休養日・活動時間は大会・大会前などは変更有(長期休業中などに振替えて休養)

【主な活動場所】 柔道場

◇ 大会等の主な記録

令和5年度	令和6年度	令和7年度
世界大会2位	インターハイ準優勝	オールジャパン準優勝
3位	団体4位入賞	関東大会優勝
インターハイ準優勝	関東大会準優勝	関東選抜優勝
全国選抜準優勝	関東選抜優勝	

◇ 今年度の参加予定大会

○東京都総合体育大会	(5月)
○関東大会	(6月)
○インターハイ	(7月)
○新人大会	(11月)
○関東選抜大会	(12月)
○全国選抜大会	(3月)

◇ 年間(月別)活動計画

4月	5月	6月	7月	8月	9月
(週休日の活動日数) 6日	(週休日の活動日数) 8日	(週休日の活動日数) 4日	(週休日の活動日数) 5日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 4日
(平日の活動日数) 11日	(平日の活動日数) 11日	(平日の活動日数) 9日	(平日の活動日数) 9日	(平日の活動日数) 7日	(平日の活動日数) 12日
東京都総合体育大会に向けての練習	関東大会に向けての練習	インターハイに向けての練習	インターハイに向けての練習	新人大会に向けての練習	新人大会に向けての練習
10月	11月	12月	1月	2月	3月
(週休日の活動日数) 4日	(週休日の活動日数) 7日	(週休日の活動日数) 6日	(週休日の活動日数) 4日	(週休日の活動日数) 5日	(週休日の活動日数) 3日
(平日の活動日数) 7日	(平日の活動日数) 12日	(平日の活動日数) 2日	(平日の活動日数) 10日	(平日の活動日数) 9日	(平日の活動日数) 8日
新人大会に向けての練習	関東選抜大会に向けての練習	関東選抜大会に向けての練習	全国選抜大会に向けての練習	全国選抜大会に向けての練習	全国選抜大会に向けての練習