

令和5年度10月 部活動 活動報告

ID	部活動	活動実績	参加状況	取組	主な活動内容	来月の活動目標・活動計画
1	硬式テニス	週4回以上	参加した	令和5年度総合体育大会テニス選手権大会(10月7日)、男子シングルスベスト8、(10月14日)、女子シングルスベスト8、(10月21日)男子ダブルス準優勝	大会出場、トレーニング(17:30~)、大会前のゲーム形式練習、大会後の基礎練習	商業団体戦入賞(昨年以上を目標) 球出し等基礎練習、トレーニング
2	卓球	週2~3回	参加した	10月15日 総合大会シングルス 2回戦 出場(2年男子、3年男子)	基礎打ち、ドライブ練習、サーブ練習 週4から、週2に部活変更 木曜日の時間変更 5時までだったのが、6時まで増えた	次の大会に向けて、苦手な部分を練習で改善したいです。
3	バレーボール	週4回以上	参加した	第61回定期制通信制秋季大会(10月8日) 対浅草高校 2セット中 0勝2敗 女子3位	8日に女子の秋季大会準決勝戦があり、10月の最初の週間は主に女子チームの練習をしており、一週間ほどのような練習をすれば良いのかをキャプテン中心に話し合い、全体で意欲的に練習へ取り組むことが出来た。また、月の後半では先生にアドバイスされたことを活かして練習に取り入れ、取り組むことができた。	来月は12月の冬季大会のために秋季大会での反省を活かして、個人のサーブやスパイクなどを新たにやり方を覚えてみるなどの工夫をしつつ、強化し、しっかりとチーム練習していく。
4	パソコン	週2~3回	参加しなかった		テスト期間が過ぎていたり行事日が過ぎていて、あまり活動ができていなかった。しかし活動ができた日は、みんなしっかりとできていたと思う。	いつも通りゲーム完成を目標に活動していきたい。
5	剣道	週4回以上	参加した	第61回総合体育大会剣道競技(10月8日)、男子個人戦 4位、団体戦 優勝	大会、11月の審査に向けた練習。大会や審査が近い日の練習では、部員の参加人数が多かった。	審査を受ける生徒は審査に向けた調整。他の生徒は12月末にある国公立大会まで、各々の目標を目指してチーム一丸となって稽古する。
6	鉄道文学	週1回	参加しなかった		西武鉄道についての研究。	新入部員の紹介と部会報についての討議。
7	プラモデル	週1回	参加しなかった		プラモデルの作成	学習成果発表会に向けた作品の制作
8	手話	週1回	参加しなかった		1日の出来事や表現 手話技能検定への用意	趣味に関する表現
9	バドミントン	週4回以上	参加した	定期制秋季バドミントン大会(10月22~) 男子シングルス優勝、女子シングルス第4位 10月15日 中野区合同練習会	『練習内容』 準備体操 ストレッチ ダッシュ 縄跳び 素振り フットワーク 基礎打ち ノック練習 ゲーム練	団体戦に向け、チーム一丸となって練習に励む。練習メニューが固定化してきているので、新しいメニューを取り入れる
10	陸上競技	週4回以上	参加した	第61回東京都高等学校定期制通信制総合体育大会陸上競技大会(10月22日)、男子800m 2位 男子4x400mR 3位	主にそれぞれ大会に向けた練習をした。1人1人が一生懸命取り組めた。しかし、行事日が重なり十分に練習できたとは言えない。	11月になり冬季練習移行期に入るので長距離練習を主にやっている。
11	合唱	週1回	参加しなかった		新しい曲の練習を始めました。発声練習に力を入れました。	新しく始めた曲を完成させたいです。
12	ボランティア	週2~3回	参加しなかった		キャップ回収 キャップ洗い ミーティング	新しい活動の仕方を模索します
13	生物	週2~3回	参加しなかった		・動物のお世話 ・NHKのテレビ取材	・動物のお世話 ・オスのナフシモドキの標本作り
14	茶道	週1回	参加しなかった		風炉のお稽古 10月最後の日に中置きのお点前の練習	来月からは炉のお稽古に変わります。数ヶ月ぶりの炉で稽古などがあると思うので部員たちで協力して思い出しながら頑張ろうと思います。
15	ホルダリング	週2~3回	参加しなかった		校内の新しくなった壁でのクライミング活動	登れるコースの数を増やしていく。
16	軟式野球	週4回以上	参加した	秋大会3回戦、対世田谷泉高校(10月1日) 4-3 敗北 秋大会決勝トーナメント、対都立連合(10月28日) 4-2 敗北	秋大会決勝トーナメントに向けて実践的な練習を中心に取り組みました。良かった点はバッティングを中心に練習出来たので打撃力の向上、悪かった点は守備力が上がらなかったことです。	来年の春に向けて体力作りや日々のレハルアップに取り組めます。
17	写真	週1回	参加しなかった		フォトグラファーのドキュメンタリーを観て、作品のテーマ決めの重要性について考えました。定通大会に出展する生徒たちで、作品の準備を行いました。また、今後の校外撮影会の開催場所を考えて案を出したり、新宿御苑で校外撮影会を行ったりしました。	撮影会で撮影した写真を現像し、部内で講評すること、次回の校外撮影会へ向けて開催日やテーマを決めることが目標です。
18	映画研究	週1回	参加しなかった		撮影のための許可を区役所にとりに行きました。また、新たな映像作品の構成を組みました。	撮影データの編集
19	男子バスケットボール	週4回以上	参加した	秋季大会1回戦(10月1日) 対大山・豊島高校 勝利	東村山西高校との合同練習、練習にくる日と来ない日でむらがある	大会も終わったが練習に来てもらうように声掛けをする、また怪我に気を付けて練習をする
20	演劇	週2~3回	参加しなかった		11月公演に向けての準備	11月公演反省 次公演の準備
21	ダンス	週2~3回	参加しなかった		引退式練習	基礎練習などをしっかりやる
22	軽音楽	週2~3回	参加しなかった		・11月に行われる大会に出場するバンドは、大会に向けての練習	12月に行われるクリスマスライブに向けて各バンド練習
23	吹奏楽	週2~3回	参加しなかった		練習内容:地区大会、定通に向け基礎練習 良かった点:部員全員が徐々に基礎が良くなってきた 反省点:徐々に良くなってきているが、まだ足りない部分がある	活動目標:地区大会、定通共に今までの成果を發揮して悔いの無いように演奏する
24	CAS	週2~3回	参加しなかった		なんの問題もなく裁縫やプラ板などの制作をして楽しむことが出来た。	来る人数を増やす。
25	サッカー	週4回以上	参加した	10月22日秋季大会対一橋高校(4-0)	公式戦、練習試合、基礎練、アップ、	連勝する！集中して取り組む