

美術部

目標・・・技術を高め、一人でも多く賞を取る

楽しむための心得・・・活動中と話を聞くときのメリハリ、自分たちが楽しんで活動する
練習法・・・個人制作（コンクール、技術を高める）、共同制作（みんなで一つの作品をつくり発表）

バレー部

目標・・・みんなから応援されるチームになる

上手いチームではなく強いチームになる技術がうまいだけでは試合には勝てない

↓

挨拶や時間を守る 感謝の気持を忘れない
基本のことを当たり前に行えるようにする。

楽しむための心得・・・ 練習を毎日する

↓

ラリーが続き楽しい

サーブやスパイクなどが昨日の自分よりできるようになるとうれし、早く試合で決めたい！と思う

練習法・・・いくら技術を教わっても体の使い方ができないと上達しないから筋トレやダンスの練習をしている



陸上競技部（短距離）

目標・・・総体にむけて練習をして一人でも多く県大会に出ること

2年生はしっかり 1年生に準備の仕方などをしっかり教える

楽しむための心得・・・お互いに高め合う

お互いの成長を楽しむ

練習法・・・基本的に50M 100M 200M などを

フォームを意識して走っている

筋トレ、体幹トレーニング



サッカー部

目標・・・市の総体優勝 県大会ベスト16

楽しむための心得・・・試合だけではなく練習も全力で頑張る

練習法・・・パス、シュート、4体2などのボールキープやミニゲーム



剣道部

目標・・・基礎や土台の力をつけて外部試合でも一本取れる力を養う

楽しむための心得・・・基礎を固める 難しい技も基礎ができれば上達が楽しくなる！

練習法・・・基本稽古→連続技→実践練習（試合）

競い合って切磋琢磨しながら行える練習をしている

楽しむための心得・・・雰囲気明るくし全員が毎日部活に来やすい雰囲気を作っている 無理をせずに自分のペースで練習

練習法・・・男女一緒にローテーションして打ち合って改善点見つける



野球部

目標・・・県大会優勝 関東大会優勝 全国出場
楽しむための心得・・・みんなでダメなところはダメと指摘し合い高め合うこと
一つの目標に向かって一人ひとりがよく考えて自分からプレーすること
勝ちに向かってみんなで協力し合えること
練習法・・・負けないチームを作る練習
具体的にノックなどでそのプレーは○
そのプレーはXという判断をしてなおかつ
一人として抜くやつがあらわれないようにする



バスケ部(男)

目標・・・市内制覇県大会ベスト4
楽しむための心得・・・何事にも全力で取り組む
全力でやるからこそ楽しさ、面白さがある
負けたらつまらないから勝つために全力です
練習法・・・今はコロナで対人練習ができないからシュート練習、基礎練習、トレーニングを行っている



演劇部

目標・・・3月5日に演劇発表があるので劇の質を高める
基礎連の段階から発声練習で変に違和感のない大声を出す
演技で感動させる
Cast is the moon, staff is the sun
楽しむための心得・・・劇を好きになる メリハリをつける
練習法・・・お腹から声を出すための発声練習
腹式呼吸強化のため腹筋、背筋 劇の質を高めるための劇練



卓球部(男子)

目標・・・男子は県大会に出場できていないため出場できるように一生懸命練習する
楽しむための心得・・・厳しい練習を楽しむため仲間と部活を盛り上げる
練習法・・・基本打ち(他の部活で言うとアップ)をし攻撃練習、サーブ練習、多球練習(マシン練習)をローテーションして、練習をする 休日の練習では、男女混ぜて行う



酒井根ットクラブ

目標・・・部員の人数を増やす 新入生の部員を増やす
楽しむための心得・・・みんなと明るく話す 楽しい雰囲気を作る
練習法・・・寿司打などのタイピング練習などをして、タイピングを早くする



テニス部

目標・・・3月に行われる春季大会の1回戦で勝つ
楽しむための心得・・・みんなで声を出して盛り上げる
練習法・・・ストローク練習 ボレー・ポジション練習



バスケットボール部(女)

目標・・・昨年に引き続き柏制覇
春季大会と総体があるからどちらも柏制覇が目標
楽しむための心得・・・仲間とのコミュニケーションを常に取ること
練習法・・・ミートなどのスキル練習 対人練習 シュート練習



吹奏楽部

目標・・・常にチャレンジを忘れずに一人ひとりが輝き、愛で溢れる居場所を作る
楽しむための心得・・・楽器と時間と仲間を大切にする
練習法・・・一つの音楽を作り上げるための個人集団としての技術を高める練習



陸上(長距離)

目標・・・県優勝 応援されるチームになる
楽しむための心得・・・みんなで協力して辛い練習を乗り越える
練習法・・・主にペース走やビルドアップ走 走りこみ



卓球(女子)

目標・・・大会で市内優勝、県ベスト8以上で関東大会に出場すること
楽しむための心得・・・練習しているときに相手のプレイがうまかったら「ナイスコース」「ナイスプレイ！」など言う
練習法・・・3球目で攻撃する 3球目練習 サーブ練習 多球練習など

