

杉並区立富士見丘中学校

令和7年度マルチ・スポーツクラブの活動方針・活動計画

令和7年5月10日

1 指導体制

安全管理	外部指導者氏名	資格等や経験	頻度
調整担当 非公開	非公開	フライングディスク インストラクター1級	週1
調整担当 非公開	非公開	YOU.FO ワールド カップ日本代表 (2023、2024)	週1
調整担当 非公開	非公開		週1
2 部員数 1年生5人	2年生16人	3年生6人	合計27人

(令和7年5月現在)

3 年間目標

- (1) 多種目のスポーツを遊びのような感覚で慣れ親しんでもらい、参加生徒自身の健康と成長を目指します。
- (2) 多種目に参加することで、それぞれの種目・競技の特性や楽しさを理解し、体を動かす楽しさや色々な体の動き方を身に付けてもらいます。

4 活動方針

- (1) 学校行事のある土曜日および定期考査1週間前の週を除く、毎週月曜、水曜、土曜の週3回でそれぞれ異なる種目のプログラムを講習します。
- (2) 複数種目のスポーツを体験することで、各種目の基礎を習得しそれぞれの種目の楽しさを体感してもらいます。

5 指導内容・方法

- (1) それぞれの種目に、専門の経験を積んでいる指導者が当たり、初心者である中学生にわかりやすく指導します。
- (2) 各種目の競技用具は、基本的にクラブで用意し貸し出します。

(3) 調整担当者及び外部指導員と生徒が共に信頼し合い、共通の目標の下に主体的に活動します。

体罰の禁止及び生徒理解に基づく指導の徹底について、スポーツ庁の指導するガイドラインに基づき、指導者には体罰や暴言・パワーハラスメントなどを行わない指導を徹底させます。

6 活動計画

(1) 活動日： 毎週月曜日、水曜日、土曜日

(2) 活動時間： 月曜日 16:00~18:00、水曜日 15:00~17:00、土曜日 15:00~18:00

(3) 休養日： 火曜日、木曜日、金曜日、日曜日

(4) 年間活動予定

曜日	内 容
月曜日	メイン種目 バドミントン
	サブ種目 体幹トレーニング、ストレッチ
水曜日	メイン種目 YOU.FO
	サブ種目 T ボール(野球)、バスケットボール
土曜日	メイン種目 アルティメット

(5) 参加予定大会

なし(希望者があればアルティメットや YOU.FO の大会参加も検討)

7 過去 3か年の主な実績

大会出場なし