

杉並区立富士見丘中学校

令和5年度 トレーニングスポーツクラブ の活動方針・活動計画

令和5年5月13日

1 指導体制

顧問教諭等氏名		外部指導者氏名	資格等や経験	頻度
主顧問	非公開	非公開		
副顧問				
副顧問				

2 部員数

1年生1人 2年生14人 3年生12人 合計 27人
(令和5年5月現在)

3 年間目標

- (1) トレーニングを通して、体力をつけ、スポーツする楽しさや達成感を感じさせる。
- (2) 礼儀やマナーを身に付けさせる。

4 活動方針

- (1) 外部指導員の指導の下、さまざまなトレーニングを経験させることにより体力を付けさせる。
- (2) さまざまな競技を経験させることにより、スポーツする楽しさを体感させる。
- (3) さまざまな人と行動していく中で、協調性や責任感を涵養する。また、礼儀の大切さを学ばせる。
- (4) 学習と部活動の両立を定着させるよう、指導する。

5 指導内容・方法

- (1) 外部指導員の活用
顧問と杉並区教育委員会ならびに外部指導員((株)スポーツ&ワークス)のそれぞれの役割について基本的な考え方を示し、両者が話し合った上で共通理解を図り指導を行う。
- (2) 体罰・暴言のない指導
各自の体力を考慮し、外部指導員とも共通理解を図り、指導に当たる。
- (3) 事故防止・安全配慮
生徒の心身の発育・発達や体力・技術等を適切に把握し活動計画を立てる。

6 活動計画

(1) 活動日： 月曜日・木曜日

(2) 活動時間： 平日 16:00～18:00 (2時間)

(3) 休養日： 火曜日、水曜日、金曜日、土曜日、日曜日

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	5	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	6	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	7	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	8	夏季休業中は活動なし
2 学期	9	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	10	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	11	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	12	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等 冬季休業中は活動なし
3 学期	1	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	2	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等
	3	ランニング・体幹トレーニング・フットサル・ハンドボール等

(5) 参加予定大会

なし

7 過去3か年の主な実績

なし