

[様式 2]

杉並区立高円寺学園中学校

令和 3 年度      テニス 部の活動指針・活動計画

令和 3 年 5 月 1 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	齋藤祐子			
副顧問	碓井みづき			

2 部員数      1 年生 2 人    2 年生 8 人    3 年生 1 人    合計 11 人  
(令和 3 年 5 月現在)

## 3 年間目標

- (1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像  
「文武両道」をめざし、高い目的意識と自ら実践する強い行動力をもって目標に達成すべく日々努力を重ねる。
- (2) 競技大会、コンクール、研究発表等の具体的到達目標  
都大会出場をめざす。
- (3) 地域貢献等の特色ある目標  
地域交流を積極的に図るため、年間 3 回、部員が地域ボランティアに参加する。

## 4 活動指針

- (1) 部活動の質と量の工夫  
練習は、モチベーションを高くもち、短時間に集中して行う。基礎から試合まで全員で取り組む。
- (2) 練習や試合等の計画  
基礎・基本を徹底する。
- (3) 基本的な生活習慣や規範意識等の健全育成  
挨拶の励行、正しい言葉遣い、自ら進んで進んでリーダーシップがとれ、他の生徒の模範となるようにする。
- (4) 生徒相互の人間関係  
チームとして行動していく中で、協調性や責任感を涵養する。
- (5) 学習と部活動  
学習と部活動の両立を定着させるため、家庭での学習時間を確保するよう保護者と連携をとって指導する。

## 5 指導内容・方法

- (1) 体罰・暴言等のない指導  
科学的トレーニングやスポーツ理論に基づく指導により、体罰、暴力的指導や行き過ぎた指導のない部活動を展開していく。
- (2) 生徒間の暴力禁止  
運動部活動の生徒に対して、上級生から下級生へ、同級生同士の間で暴力により問題解決を図ることのないよう、日頃からの指導を徹底する。
- (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て活動計画を立てる。

## 6 活動計画

(1) 活動日： 月・火・木・金

(2) 活動時間： 平日 16:00～18:00  
休日 試合は日曜

(3) 休養日：水・土・日

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	4	ブロック大会中止
	5	
	6	区 春季選手権大会 夏季選手権大会
	7	区民大会中止
	8	新人戦シード決め予選
2 学期	9	新人戦（個人戦・団体戦）
	10	
	11	
	12	冬季研修大会
3 学期	1	
	2	
	3	春季研修大会

(5) 参加予定大会

同上

## 7 過去3か年の主な実績

平成29年度ソフトテニス 平野・春原組 都大会出場  
(区大会3位入賞)  
令和2年度冬季学年別研修大会 四條・平島組3位入賞