

杉並区立高南中学校

令和4年度 卓球部 部の活動指針・活動計画

令和4年 7月 1日

- 1 指導体制 顧問教諭等 2名 外部指導者 1名
2 部員数 1年生14人 2年生19人 3年生 4人 合計37人
(令和4年7月現在)

3 年間目標

- (1) 2、3年はさらなる技術の向上を目指す。また、都大会出場を目標に「心技体」の向上を目指す。
- (2) 1年は楽しく卓球ができるよう基礎的な技術を身に付けさせる。

4 活動指針

- (1) 技術力の向上
コーチと連携を図り、全ての生徒に卓球の基礎基本的な技術とルールを身に付けさせ、楽しく卓球をできるようにする。
- (2) 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、短時間に集中して取り組ませる。
- (3) 規範意識等の健全育成
挨拶の励行、(特に目上の人に対する)正しい言葉遣いなどをできるようにし、礼儀作法も身に付けさせ、中学生として大切な人間性や社会性をもった生徒になるよう指導する。

5 指導内容・方法

- (1) 体罰・暴言等のない指導
体罰関連行為のガイドラインを活用して体罰について自分自身が深く学び、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) 外部指導員の活用
顧問と外部指導員のそれぞれの役割(特に技術面は外部指導員の力を借りる)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。
- (4) 卓球の技術向上を目指して、1台の卓球台を少人数で実際に球を使って打つ。
また多球練習を取り入れ、基礎基本の打ち方などの定着を図る。
- (5) 感染予防のため、部活終了後には使用した道具を消毒させる。

6 活動計画

(1) 活動日： 火曜日、木曜日

(2) 活動時間： 16:00～18:00

(3) 休養日： 月曜日、水曜日、金～日曜日

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	6	選手権大会
	7	都大会 夏季休業中 練習
2 学期	10	新人大会
3 学期	1	研修大会
	3	春季休業中 練習

(5) 参加予定大会

6月26日、7月3日 選手権大会

10月 (予定) 新人大会

1月 (予定) 研修大会

7 過去3か年の主な実績

都大会 個人戦 男子シングル 出場
女子シングルス ベスト64入り