

[様式2]

杉並区立西宮中学校
令和7年度 テニス部の活動方針・活動計画
令和7年 5月 12日

1 指導体制

顧問教諭等氏名	
主顧問	安田 祐介
副顧問	堀込 智也
副顧問	坂野 雅典

外部指導者氏名	資格等や経験	頻度
圓子 親一		週2日

2 部員数 1年生20人 2年生16人 3年生21人
(令和7年4月現在)

	男	女	合計
1年	6	14	20
2年	7	9	16
3年	9	12	21
合計	21	36	57

3 年間目標

- (1) それぞれ週2回の練習において明確な目標をもち、基本的技術と考え方を身につける。
- (2) 仲間とともに活動しながら、集団の中での自己の役割を自覚し、果たしきることのできる責任感と協調性を身に付ける。
- (3) 区大会、ブロック大会の個人戦・団体戦において、大会本選や都大会出場に向けて努力する。
- (4) 部活動を通じ、生涯スポーツとしてテニスを楽しむための素地を作る。

4 活動指針

- (1) ふだんの活動においては、基礎体力づくり、基礎練習、試合練習等を計画的に行い、短期目標・長期目標をもって短時間で効率よく練習する。
- (2) 区大会、ブロック大会の個人戦・団体戦に向けて努力し、試合技術や考え方の向上を図る。
- (3) 挨拶、返事、言葉遣い等の基本的生活習慣や規範意識、礼儀を身に付ける。
- (4) 1つのチームとして行動していく中で、協調性や責任感を養う。

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。その際、体罰関連行為のガイドライン や体罰根絶映像資料（DVD）を活用して、顧問、外部指導員、生徒、保護者で、 体罰・暴言等のない指導について共通理解を図る

(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) 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：男子：月・木 女子：火・金

(2) 活動時間： 平日 16：00～18：00 （2時間）

(3) 休養日：水・土・日

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	4	生徒会部活動紹介 ブロック春季大会（個人戦） 部活動保護者会（指導方針等を説明）
	5	
	6	ブロック夏季大会（団体戦） 杉並区大会（団体戦）
	7	
	8	ブロック新人大会（個人戦）
	9	
	10	都新人大会（団体戦） 杉並区大会（団体戦）
	11	
2 学期		

	12	第3ブロック新進大会（個人戦ダブルス）
3学期	1 2 3	春季休業中 練習及び練習試合 杉並区大会（団体戦）

（5）参加予定大会

公式戦：ブロック春季大会（個人戦） ブロック夏季大会（団体戦） 区大会（団体戦）
 ブロック新人大会（個人戦） 都新人大会（団体戦） ブロック新進大会（ダブルス）