

[様式 2]

杉並区立松溪中学校

令和 5 年度 女子ソフトテニス 部の活動方針・活動計画

令和 5 年 4 月 2 8 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
顧問	工藤 大樹	浅川陽介	部活動活性化事業	月 2
顧問	下村 優太	その他学生 4 名		
顧問	山根 真砂子			

### 2 部員数 (令和 4 年 5 現在)

1 年生 6 人 2 年 1 3 人 3 年生 1 5 人 合計 3 4 人

### 3 年間目標

- (1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像  
本校の「思いやり 感謝」「鍛錬」という教育目標をもとに、活動において、様々な人に支えられて活動していることに感謝し、高い目的意識をもって日々努力を重ねる。また、目標を達成すべく積極的に鍛錬する。
- (2) 競技大会の具体的到達目標  
個人・団体ともに、都大会出場を目指して日々の練習に取り組む。

### 4 活動方針

- (1) 心・技・体の育成  
ソフトテニスの楽しさを知るとともに、精神力・技術・体力の向上を図る。
- (2) 基本的な生活習慣や規範意識等の健全育成  
練習を通して規律や礼儀正しさを体感し、仲間を思いやる気持ちを育てる。
- (3) 練習や試合等の計画  
技術力向上のため、月 2 回程度、部活動活性化指導員による技術指導行う。  
競技力を高めるため他校との練習試合も適宜行う。
- (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 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) 生徒間のトラブル禁止  
運動部活動の生徒に対して、上級生から下級生へ、同級生同士の間でのトラブルがないよう、日頃からの指導を徹底する。
- (3) 部活動活性化事業の活用  
顧問と部活動活性化事業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する。

## 6 活動計画

(1) 活動日：月・水・木・金・(土)

(2) 活動時間： 平日 16:00～18:00 の2時間

休日 ① 8:00～11:00

② 9:00～12:00

③ 13:00～16:00

①～③の3時間

(3) 休養日：火・(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
	5	部活動保護者会 (今年度の活動について)
	6	夏季選手権大会
	7	都大会
	8	杉並区民体育祭兼夏季研修大会 夏季休業中 強化練習及び練習試合
2 学期	9	新人選手権大会
	10	新人戦都大会
	11	
	12	冬季学年別研修大会
3 学期	1	冬季休業中 強化練習及び練習試合
	2	
	3	春季研修大会

(5) 参加予定大会

公式戦：春季選手権大会(個人)、夏季選手権大会(学校対抗)、新人選手権大会(個人・学校対抗)

その他：区民体育祭兼夏季研修大会、冬季学年別研修大会、春季研修大会