

[様式2]

おおさわ学園三鷹市立第七中学校
令和7年度 陸上競技部の活動方針・活動計画

令和7年5月2日

1 指導体制

| 顧問教諭等氏名 | | 部活動指導員(休日限定)氏名 | 資格や経験等 | |
|---------|-------|----------------|--------|----|
| 主顧問 | 渡邊 洋平 | | | |
| 副顧問 | 田中 真之 | 部活動指導助手 | 資格や経験等 | 頻度 |
| 副顧問 | | 菅野 聡美 | | 月2 |
| 副顧問 | | | | |

2 部員数(令和7年4月現在)

| | 男子 | 女子 | 小計 | 合計 |
|------|----|----|-----|-----|
| 第1学年 | 6人 | 2人 | 8人 | 22人 |
| 第2学年 | 6人 | 4人 | 10人 | |
| 第3学年 | 4人 | 0人 | 4人 | |

3 年間目標

| | |
|-------|-------------------------|
| 年間の目標 | 自分の目標を持ち、達成のためにベストを尽くす。 |
|-------|-------------------------|

4 活動方針

| | |
|------|--|
| 活動方針 | ・挨拶、礼儀、時間を大切にする。 ・自分の目標を持ち、達成のための手立てを自ら考えて行動できるようにする。 |
|------|--|

5 指導内容・方法

| | |
|-------------------|--|
| (1)体罰・暴言等のない指導 | 人権に配慮しながら、言葉で伝えていくようにする。トラブルが起きた場合は、速やかに管理職と保護者に連絡をとる。 |
| (2)生徒間の暴力禁止 | 生徒間で、意見の食い違い等があった場合、できるだけ教員が間に入り、話し合いで解決できるように導く。 |
| (3)部活動指導員・指導助手の活用 | 顧問と外部指導助手のそれぞれの役割について基本的な考え方を示し、共通理解を図ったうえで指導にあたる。 |
| (4)事故防止・安全配慮 | 生徒個人の心身の発育・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 | | 火・木・金曜日 |
| (2)活動時間 | 平日 | 15:30~17:00(1時間 30分)※24時間表記 |
| | 休日 | 実施しない。※大会等に参加する際は別途連絡 |
| (3)休養日 | | 月・水・土・日・祝日 |
| (4)年間活動予定 | | |
| 1学期 | 4月 | 生徒会部活動紹介 |
| | 5月 | 部活動保護者会(指導方針等を説明) |
| | | 地域別大会1・2日目 |
| | 6月 | 地域別大会 3・4 日目 |
| | 7月 | 夏季強化練習 |
| 2学期 | 8月 | 競技会参加(予定) |
| | 9月 | 専門種目練習 |
| | 10月 | 支部対抗大会予選 |
| | 11月 | 基礎体力強化練習 |
| | | 三鷹市駅伝参加・三鷹市民大会 |
| 12月 | 基礎体力強化練習 | |
| | 冬季休業中 練習及び合同練習 | |
| 3学期 | 1月 | 基礎体力強化練習 |
| | | ロードレース大会 |
| | 2月 | 基礎体力強化練習 |
| 3月 | 基礎体力強化練習 | |
| | 競技会参加 | |

(5)参加予定大会

| | 主催団体等 | 大会名 |
|---|-------|----------|
| 1 | 中体連 | 地域別大会 |
| 2 | 中体連 | 支部対抗大会 |
| 3 | 中体連 | ロードレース大会 |
| 4 | 三鷹市 | 三鷹市民大会 |
| 5 | 三鷹市 | 駅伝大会 |

7 過去3か年の主な実績

| | 年度 | 主催団体等 | 大会名 |
|---|----|-------|----------------------|
| 1 | R6 | 中体連 | 第75回中学校地域別陸上競技大会 |
| 2 | R6 | 中体連 | 第77回中学校支部対抗陸上競技選手権大会 |
| 3 | R6 | 中体連 | 第64回東京都中学校ロードレース大会 |
| 4 | R6 | 三鷹市 | 三鷹市陸上競技記録会 |
| 5 | R6 | 三鷹市 | 第33回三鷹市民駅伝大会 |

[様式2]

【記入例】

三鷹教育学園三鷹市立第三鷹教育中学校
令和7年度 サッカー部(男女混合)の活動方針・活動計画

令和7年5月14日

1 指導体制

| 顧問教諭等氏名 | | 部活動指導員(休日限定)氏名 | 資格や経験等 | |
|---------|----------|----------------|--------|-----|
| 主顧問 | 一鷹 三郎 | 蹴球 五緒瑠 | C級 | |
| 副顧問 | 高鷹 二子 | 部活動指導助手 | 資格や経験等 | 頻度 |
| 副顧問 | 鷹鷹田 市右衛門 | 惚恵 修斗 | D級 | 週2回 |
| 副顧問 | | | | |

2 部員数(令和7年5月13日現在)

| | 男子 | 女子 | 小計 | 合計 |
|------|-----|----|-----|-----|
| 第1学年 | 12人 | 3人 | 15人 | 40人 |
| 第2学年 | 8人 | 0人 | 8人 | |
| 第3学年 | 10人 | 7人 | 17人 | |

3 年間目標

| | |
|-------|--|
| 年間の目標 | (1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像 「文武両道」を方針とする本校において、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 都大会出場を目指して日々の練習に取り組む。 (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 活動方針

| | |
|------|---|
| 活動方針 | (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。 (2) 練習や試合等の計画 月に1回程度、競技力を高めるため他校と練習試合を行う。 (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。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)部活動指導員・指導助手の活用 | 顧問と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。基本的に指導員が平日の練習内容を作成し、顧問及び部員に周知する。 |
| (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 | | 月・火・木・金・土曜日 |
| (2)活動時間 | 平日 | 15:45～17:30(1時間45分)※24時間表記 |
| | 休日 | 9:00～12:00(3時間)※24時間表記 |
| (3)休養日 | | 水・日曜日 ※ただし、日曜日が大会等の場合は、月曜日を休養日とする。 |
| (4)年間活動予定 | | 内容 |
| 1学期 | 4月 | 生徒会部活動紹介 |
| | 5月 | 地区大会予選 |
| | | 部活動保護者会(指導方針等を説明) |
| | 6月 | 小学校運動会ボランティア参加 |
| | | 都大会予選 |
| 7月 | 夏季強化練習 | |
| 2学期 | 8月 | 小学生部活動体験 |
| | 9月 | 地域祭りボランティア参加 |
| | 10月 | 新人大会予選 |
| | 11月 | ウインター杯参加 |
| | 12月 | 冬季休業中 練習及び練習試合 基礎体力強化練習 |
| 3学期 | 1月 | 地区大会 |
| | 2月 | 地域清掃ボランティア参加 |
| | 3月 | 部活動保護者会(年間の活動の振り返りと次年度への反映) 春季休業中 練習及び練習試合 |

(5)参加予定大会

| | 主催団体等 | 大会名 |
|---|---------|---------|
| 1 | 中学校体育連盟 | 春季大会 |
| 2 | 中学校体育連盟 | 夏季選手権大会 |
| 3 | 中学校体育連盟 | 新人大会 |
| 4 | 三鷹市 | ウインター杯 |
| 5 | | |

7 過去3か年の主な実績

| | 年度 | 大会名(主催団体等) | 実績 |
|---|-------|------------------|-----------------|
| 1 | 令和6年度 | 夏季選手権大会(中学校体育連盟) | 第9ブロック優勝 都大会出場 |
| 2 | 令和6年度 | 夏季選手権大会(中学校体育連盟) | 都大会2回戦敗退 |
| 3 | 令和5年度 | 新人大会(中学校体育連盟) | 第9ブロック第3位 都大会出場 |
| 4 | 令和5年度 | 新人大会(中学校体育連盟) | 都大会1回戦敗退 |
| 5 | 令和4年度 | 特になし | |