

[様式2]

にしみたか学園三鷹市立第二中学校  
令和8年度 男子ソフトテニス部の活動方針・活動計画

令和8年5月1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	
顧問	松久 颯真	田村 博文		
顧問	滝澤 樹	部活動指導助手	資格や経験等	頻度
顧問				
顧問				

2 部員数(令和8年5月現在)

	男子	女子	小計	合計
第1学年	10人		10人	33人
第2学年	14人		14人	
第3学年	9人		9人	

3 年間目標

年間の目標	<p>① テニスを通して心身の健康を増進させるとともに、課題を乗り越える力や思いやりの心、ものごとを貫く精神を養う。</p> <p>② 地区大会やブロック大会で上位を目指し、都大会に出場する。</p>
-------	--

4 活動方針

活動方針	<p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>(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指導する。</p>
------	--

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などを活用して、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	週一回、三鷹ソフトテニス連盟から1名、外部指導員をお願いしている。 毎週土曜日 3時間

(4)事故防止・安全配慮	生徒の安全確保を最優先とし、事故の未然防止に努めるとともに、安全で安心して活動できる環境づくりを行う。特に、活動前の安全確保、練習中の安全指導、熱中症への対策、安全意識について日頃から指導を徹底していく。
--------------	--

## 6 活動計画

(1)活動日		月・火・木・金・土・(日)※日曜日は大会のある日のみ活動
(2)活動時間	平日	16:00~18:00(2時間)
	休日	8:30~11:30もしくは12:30~15:30(3時間)
(3)休養日		水・日(ただし日曜日が大会の場合は月曜日を休養日とする)
(4)年間活動予定		
1学期	4月	生徒会部活動紹介、三鷹市強化大会、部活動保護者会
	5月	選手権大会(個人)
	6月	選手権大会(団体)
	7月	都大会
	8月	夏季研修大会
2学期	9月	三鷹市民大会、新人大会(個人・団体)
	10月	ソフトテニス親子体験会
	11月	都大会
	12月	
3学期	1月	1年生研修大会
	2月	三鷹市民大会、冬季研修大会
	3月	

※その他、三鷹市ソフトテニス連盟主催の講習会やその他外部の講習会などもある。

### (5)参加予定大会

	主催団体等	大会名
1	三鷹市ソフトテニス連盟	三鷹市強化大会、三鷹市民大会、
2	東京都中体連	選手権大会
3	東京都中体連	新人大会
4	東京都中体連 第9ブロック	1年生研修大会
5	東京都中体連 第9ブロック	冬季研修大会

### 7 過去3か年の主な実績

	年度	主催団体等	大会名・戦績
1	令和7年度	東京都中体連	第9ブロック新人大会 個人第4位 団体第4位
2	令和6年度	東京都中体連	第9ブロック新人大会 個人第4位 第9ブロック選手権大会 第3位(都大会出場) 第9ブロック新人大会 個人準優勝(都大会出場)
3	令和5年度	東京都中体連	第9ブロック新人大会 団体準優勝(都大会出場) 新人都大会団体ベスト16