

[様式2]

にしみたか学園三鷹市立第二中学校  
令和8年度 女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	森田 いづみ	本間 進		
顧問	大山 ひかり	部活動指導助手	資格や経験等	頻度
顧問	萱里 笑花	本間 進		毎回

2 部員数(令和8年5月現在)

	男子	女子	小計	合計
第1学年		19人	19人	32人
第2学年		7人	7人	
第3学年		6人	6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、思いやりの心、感謝の心を身につけ、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、都大会に出場し1勝する。</p>
-------	---

4 活動方針

活動方針	<p>(1) 部活動の質と量の工夫 目標をもって日々の練習に取り組み、短時間に集中して行う。</p> <p>(2) 基本的な生活習慣や規範意識の健全育成 礼儀やマナーを重んじる。感謝の気持ちをもってプレイする精神を養う。</p> <p>(3) 生徒の自主性を育み、生徒相互の人間関係の構築 受け身ではなく、自ら考え動く力を養う。ペアやチームとの関わり合いをしっかりとつくる。</p> <p>(4) 学習と部活動の両立 部活動だけではなく、学校生活の基盤をつくり学習との両立を図る。</p>
------	--

5 指導内容・方法

(1)体罰・暴言等のない指導	恐怖心を与える指導ではなく、言葉で理解できるような指導を行う。生徒自らが気づき、改善することができるよう指導を行う。
(2)生徒間の暴力禁止	上級生は下級生の見本になる立場である。上級生の立場を利用し、優位に立つような言動や暴力で課題解決をすることがないよう指導していく。
(3)部活動指導員・指導助手の活用	部活動指導員から助言をいただき、技術面やゲームの戦術などの向上を図る。また、円滑に練習を進め部員一人ひとりがボールに触れる機会を多くする。

(4)事故防止・安全配慮	生徒の安全を最優先に考え、環境づくりを行う。 日々の用具点検や、体調管理、天候等にも十分配慮し、対応していく。
--------------	--

## 6 活動計画

(1)活動日		火・木・金・土曜日
(2)活動時間	平日	16:00～18:00(2時間)※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、日曜日が大会の時は月曜日を休養日とする。
(4)年間活動予定		
1学期	4月	部活動紹介、部活動保護者会 三鷹市強化大会
	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	三鷹市民体育祭 新人大会(個人・団体)
	10月	都大会
	11月	都大会
	12月	
	1月	1年生研修大会
3学期	2月	三鷹市強化大会
	3月	冬季研修大会

## (5)参加予定大会

	主催団体等	大会名
1	東京都中体連ソフトテニス部	選手権大会(個人・団体)
2	東京都中体連ソフトテニス部	新人大会(個人・団体)
3	東京都中体連ソフトテニス部	都大会
4	三鷹市	三鷹市強化大会

## 7 過去3か年の主な実績

	年度	主催団体等	大会名
1	令和7年度	東京都中体連ソフトテニス部	新人大会(個人) 都大会出場
2	令和6年度	東京都中体連ソフトテニス部	選手権大会(個人・団体戦) 都大会出場
3	令和5年度	東京都中体連ソフトテニス部	選手権大会(個人・団体戦) 都大会出場 新人大会(個人・団体戦) 都大会出場