

[様式2]

にしみたか学園三鷹市立第二中学校
令和8年度 女子バレーボール部の活動方針・活動計画

令和8年4月28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	岡村 安未		千崎 佳穂	中・高バレー経験	
顧問	余宮 功樹		部活動指導助手	資格や経験等	頻度
顧問			森 さくら	小・中バレー経験	週2日
顧問					

2 部員数(令和8年4月現在)

	男子	女子	小計	合計
第1学年		10人	10人	34人
第2学年		8人	8人	
第3学年		16人	16人	

3 年間目標

年間の目標	<p>(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。</p> <p>(2) 競技大会等の具体的到達目標 都大会出場及び都大会出場を目指して日々の練習に取り組む。</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、週に4日間活動し、練習時間は、平日2時間、休日3時間を基本とし、モチベーションを高くもち、合理的かつ計画的に短時間に集中して行う。</p> <p>(2) 練習や試合等の計画 月に1~2回程度、競技力を高めるため他校との練習試合を行う。</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保護者と連携をとって指導する。</p> <p>(6) 長期休業中の休業日は、学期中に準じて実施する。又、学校閉庁日期間は休養期間とする。</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や体罰根絶映像資料(DVD)を活用して、顧問、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		月・木・金・土日(どちらか)
(2)活動時間	平日	16:00~18:00(2時間)※24時間表記
	休日	8:30~11:30(3時間) または 13:00~16:00(3時間) ※24時間表記
(3)休養日		火・水・土日※土曜日、日曜日が大会の時は金曜日を休養日とする。
(4)年間活動予定		内容
1学期	4月	部活動保護者会
		多摩地区大会
	5月	交流戦
		第9ブロック選手大会予選
	6月	第9ブロック選手大会予選
		第9ブロック選手権大会
7月	合同練習	
8月	夏季休業中 練習及び練習試合	
2学期	9月	市民大会
		新人大会予選
	10月	新人戦
	11月	練習及び練習試合
	12月	冬季休業中 練習及び練習試合
3学期	1月	TAISEI V CUP
	2月	冬季練習会
	3月	1年生技術研修会

(5)参加予定大会

	主催団体等	大会名
1	多摩地区中学校バレーボール大会実行委員	令和8年度多摩地区中学校バレーボール大会
2	東京都中体連三鷹市バレーボール部	令和8年度三鷹市女子選手権大会(兼第9ブロック予選)
3	三鷹市	市民大会
4	東京都中体連三鷹市バレーボール部	第9ブロック新人大会
5	大成高校	TAISEI V CUP(女子大会)

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7年度	TAISEI V CUP	第2位
2	令和6年度	特になし	
3	令和5年度	新人大会(中学校体育連盟)	ベスト8
4	令和5年度	TAISEI V CUP	第3位