

令和2年度 水泳部の指導方針等と実績について

1 指導体制

顧問氏名		外部指導員氏名	資格等や経験
主顧問	井原 啓太		
副顧問	山縣 睦美		
副顧問	山口 侑利		
副顧問	小見川 茂子		

2 年間目標

(1)学校の教育目標を受けた目指す生徒像	自主・自律の力と、部員同士の連帯感とを高め、個人競技の中でも互いに切磋琢磨し、共に向上していこうと努力する生徒。
(2)競技大会、コンクール、研究発表等の具体的到達目標	東京都大会出場、関東大会出場 個々のベストタイム更新
(3)地域貢献等の特色ある目標	大田区民大会に積極的に参加し、地域交流をはかる。

3 指導方針

(1)技術や技能,体力の向上	練習は、週に4日間を基本とし、短時間で集中して計画的に行う。毎回の練習メニューを顧問と部長中心に計画し、水泳技術だけではなく、心肺機能・筋力の向上に努める。
(2)公式戦や発表会への積極的な参加	年間を通して高体連や大田区の大会に参加し、地域交流を図ったり、日頃の練習の成果を発揮したりして、新たな目標設定を行う。
(3)他校との合同練習、練習試合、校外活動の設定	伝統ある9校戦に参加している。 (大田区9校、品川区1校での大会)
(4)部加入率の維持、増加	出席簿による確実な部員管理、練習後のミーティング、情報交換、必要に応じた部員との面談等おこなう。経験、未経験に関わらず、新入生を歓迎する。

4 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を活用して、部内で、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、同級生同士の間で肉体的、精神的な強制力で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) 外部指導員の活用	今年度の活用はなし
(4) 事故防止・安全配慮	生徒の心身の発育・発達や体力・技術と練習内容および場所を適切に把握して計画を立てる。また、バドミントンで起こりうるケガの危険性について指導するとともに、生徒の健康観察を徹底する。

5 主な年間計画

学 期	月	内 容
1 学期	4	仮入部 活動開始 水中トレーニング 筋力トレーニング
	5	
	6	
	7	
	8	
2 学期	9	オフシーズンは体力・筋力トレーニングに励む
	10	
	11	
	12	
3 学期	1	東京都短水路記録会（予定）
	2	
	3	

6 活動日・活動場所（シーズン中）

曜日	月	火	水	木	金	土	日
活動場所	プール	プール		プール	プール		

※冬場は、トレーニングルーム、柔道場、多摩川グラウンドで体力、筋力トレーニング

7 公式戦・大会等の実績（令和元年度）

・ 9 校戦大会出場 ・ 大田区民大会 女子：50m 自由形 4 位 50m 背泳ぎ 2 位 男子：50m 自由形優勝、4 位 50m 平泳ぎ 2 位、3 位、4 位 50m バタフライ優勝、4 位
--