

令和8年度 卓球部の指導方針等について

令和8年4月30日

1 年間目標

- (1) 生徒個々が自己の活躍の場を発見し、主体性と個性の伸長を図る。
- (2) 世田谷区大会において団体戦3位入賞を目指して日々の練習に取り組む。
- (3) 地域交流や奉仕体験活動を積極的に図るため、清掃活動を行う。

2 指導方針

- (1) 部活動の質と量の工夫
練習は、原則週3回とし、練習時間は2時間を基本とし、目的意識を持って、短時間に集中的に行う。
- (2) 練習や試合等の計画
競技力や練習方法を学ぶため、合同練習や練習試合を行う。
- (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。
- (6) 休養日は、日曜日と平日うち、1日は確実に確保する。

3 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) 外部指導員の活用
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。

4 主な年間計画

学 期	月	内 容
1 学期	4	生徒会部活動紹介 高体連春季卓球大会
	5	練習試合 インターハイ予選（ダブルス・シングルス）
	7	高体連地区別卓球大会
	8	夏季休業中 練習 世田谷区卓球大会 練習試合・合同練習試合
2 学期	9	全日本卓球選手権ジュニアの部予選
	10	高体連新人卓球大会
	11	高体連新人卓球大会 高体連新人卓球大会 東京卓球選手権大会
		冬季休業中 練習及び練習試合 基礎体力強化練習
3 学期	2	世田谷区民体育大会
	3	春季休業中 練習及び練習試合