

東京都立東高等学校

ラグビー部

部活動の概要

部員数	指導者	教職員数	部活動指導員数	外部指導者数
19 名		4 名	1 名	0 名
部活動の特色等				
公式戦の試合会場となる広いグラウンドがあります。部活動指導員に S&C（ストレングス&コンディショニング）のコーチがついており、安全性を高める指導をしています。保護者の方々からの支援が手厚いです。				

活動日及び活動時間

	月	火	水	木	金	土	日
活動時間 (学期中)	2 時間	2 時間	2 時間	休養日	2 時間	日によって異なる	
指導担当	顧問・部活動指導員						
活動内容	ウエイト ラン	グラウンド ウエイト	グラウンド	—	グラウンド	ウエイト グラウンド	試合等
活動時間 (長期休業中)	2 時間	2 時間	2 時間	休養日	2 時間	3 時間	休養日
指導担当	顧問・部活動指導員						
活動内容	ウエイト ラン	グラウンド ウエイト	グラウンド	—	グラウンド	ウエイト グラウンド	試合等

主な活動内容

月	主な活動内容
4 月	春季大会、1 年生入部
5 月	7 人制大会 1 次ラウンド
6 月	7 人制大会 2 次ラウンド、決勝ラウンド
7 月	練習試合、合同練習
8 月	夏合宿（菅平）
9 月	花園予選
1 0 月	練習試合、合同練習
1 1 月	練習試合、合同練習
1 2 月	新人戦
1 月	練習試合、合同練習
2 月	練習試合、合同練習
3 月	三送会

参加大会 等

月	参加大会・発表・成績 等
4 月	春季大会 1 回戦突破
5 月	7 人制大会 1 次ラウンド 1 位通過
9 月	花園予選
1 2 月	新人大会
3 月	

指導体制及び主な指導内容・分担 等

		指導内容・分担等
顧問 (教職員)	1	・指導計画の作成、立案、顧問間の調整、情報共有の促進、改善点の再評価 ・保護者への情報伝達、保護会開催の計画、円滑な運営
	2	・高体連専門部関係の書類作成、大会申込、メンバー表および交代カード作成、健康観察票作成 ・グラウンド等の練習場所の確保、調整、施設、用具の管理、マネージャーとの情報共有
	3	・練習補助および生徒の健康観察、個別面談 ・ユニット練習における FW 指導（スクラム、ラインアウト、モール等）
外部の指導者		・戦略立案、対戦校の分析、戦術の落とし込み、公式 ・競技特性を念頭に置いた計画的なフィジカリティの向上および障害予防、栄養指導等

指導の工夫と成果

指導の工夫と成果
・生徒の主体性を重視した指導により、責任を持って仲間と協力し、判断および行動することができている。 ・生徒からのフィードバックに基づいた課題の発見および、改善により PDCA サイクルを構築できている。



○闘志溢れるプレーの数々



○合宿、卒部式等、イベントがもりだくさん

