

令和8年度（硬式野球）部 年間指導計画

活動方針	① 「野球を通した人間教育」 野球技術の向上だけでなく、礼儀・マナー・感謝の心を重んじ、学校内外において模範となる行動ができる人間を育成する。 ② 「人間野球の実践」 仲間・先輩後輩・保護者・地域とのつながりを大切にし、互いを尊重し合いながら、明るく元気に本気で物事へ取り組む姿勢を身に付けさせる。
活動内容	① 大会出場および競技力向上に向けた日々の練習 ② 学校行事・地域活動への積極的な参加 ③ 礼儀・挨拶・協調性を重視した集団活動 を活動の柱とし、「地域や学校から応援され、愛されるチーム」を目指して活動する。
今年度目標	① 礼儀・マナー・責任感を身に付け、人間性を高める。 ② チームの一員として主体性と協調性を持ち、互いを高め合える集団をつくる。 ③ 「まずは神宮へ、ベスト8進出、そして甲子園へ！」を目標に、一日一日を大切にしながら全力で取り組む。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	○	○	OFF/試合等	OFF/試合等

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	10名	13名	13名

指導体制	人数	備考
顧問	4名	
部活動指導員	2名	*資格あり トレーナー
外部指導員	1名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4月	春季東京都高等学校野球大会兼関東大会予選	東京都高等学校野球連盟
5月	総会	青山学院 PS 講堂
6月	全国高等学校野球選手権大会西東京大会抽選会 壮行会	青山学院 PS 講堂 保護者会
7月	全国高等学校野球選手権大会西東京大会	東京都高等学校野球連盟
8月	全国高等学校野球選手権大会 夏季合宿東北遠征予定・体験入部	甲子園
9月	東京都秋季大会ブロック予選	会場校としてブロック運営
10月	秋季東京都大会 体験入部	本校グラウンド・体育館
11月	明治神宮大会(秋季大会優勝校が出場) 体験入部	神宮球場 本校グラウンド・体育館
12月		
1月	必勝祈願	高尾登山

2月	春季東京都高等学校野球大会 抽選会	
3月	春季東京都高等学校野球大会 1 次予選 (9 月の新人戦ブロックで勝ち上がれなかった場合のみ)	会場校としてブロック運営

令和8年度（男子サッカー）部 年間指導計画

活動方針	①『for the team』チームの価値を高める、チーム力の向上に貢献できる人となる。 ② 感謝され、感動を与えられる個人、集団になる。
活動内容	① 個人技術を高め・戦術理解を深めるためのトレーニングを計画的に行なう。 ② 練習試合、遠征、夏季合宿などの活動を通じ、他者との協同体験を促す。
今年度目標	① トーナメント戦東京都ベスト16以上、Tリーグ各種リーグ戦昇格 ② 文武両道の実践、自主自立、基本的な生活習慣の確立

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF/○	○/OFF	○	○	○	TM/OFF	公式戦/OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	4 5 名	3 4 名	3 2 名

指導体制	人数	備考
顧問	5 名	*JFA 公認 B 級指導員、JFA 公認 C 級指導員資格保持者 各 1 名 含む
部活動指導員	4 名	*JFA 公認 A 級ジェネラル指導員資格保持者 2 名 含む
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	新人戦東京都大会 Tリーグ、地区リーグ	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
5 月	高校総体東京都一次予選大会 Tリーグ、地区リーグ	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
6 月	高校総体東京都大会二次予選 Tリーグ、地区リーグ	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
7 月	各種遠征、強化試合	東京都内及び関東近県
8 月	夏季合宿 強化試合、体験入部	Jビレッジ（福島県檜葉町） 東京都内及び関東近県
9 月	高校サッカー選手権東京都大会一次予選 Tリーグ、地区リーグ	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
10 月	高校サッカー選手権東京都大会二次予選 Tリーグ、地区リーグ	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
11 月	地区新人選手権大会 Tリーグ、地区リーグ 順位決定戦	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
12 月	地区新人選手権大会 各種遠征、強化試合	東京都高体連サッカー専門部 東京都内及び関東近県
1 月	地区新人選手権大会	東京都高体連サッカー専門部
2 月	関東大会東京都予選	東京都高体連サッカー専門部
3 月	各種遠征、強化試合 地区リーグ	東京都内及び関東近県 東京都サッカー協会

令和8年度（男子ハンドボール）部 年間指導計画

活動方針	① 健やかな心身の育成。 ② 確かな人間力と技術力の向上。
活動内容	① ハンドボールにおける基礎的技術の習得と戦術の理解を図る。 ② 都内外で練習試合や公式戦を行い練習の成果を図る。
今年度目標	① 年間を通じてハンドボールの技術力の向上を目指し、関東大会出場を目指す。 ② 合宿や集団活動を通して、人間力の向上や心身の健やかな育成を目指す。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	OFF	○	○	○

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	1 2 名	1 5 名	8 名

指導体制	人数	備考
顧問	3 名	
部活動指導員	1 名	
外部指導員	3 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	春季大会 兼 関東大会都予選	東京都高体連 立川高校他
5 月	春季大会 兼 関東大会都予選 高校総体都予選	東京都高体連 立川高校他
6 月	高校総体都予選	東京都高体連 立川高校他
7 月	夏季合宿	山梨県山中湖村
8 月	公立校大会	東京都高体連 立川高校他
9 月	練習試合等	
1 0 月	秋季新人戦	東京都高体連 立川高校他
1 1 月	秋季新人戦	東京都高体連 立川高校他
1 2 月	ゆりーと杯	武蔵村山ハンドボール協会
1 月	ゆりーと杯	武蔵村山ハンドボール協会
2 月	冬季研修大会	冬季研修大会実行委員会
3 月	練習試合等	

令和8年度（男子テニス）部 年間指導計画

活動方針	①3年間の活動を通して、テニスの技術及び人間性の向上に努めさせる。 ②高体連の大会及び都立大会において、自己の目標を達成させる。
活動内容	①公式戦及びそれに準ずる大会への参加 ②他校との練習試合や合同練習実施
今年度目標	①高体連団体戦3回戦進出 ②都立団体戦4回戦進出

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	OFF	○	○	OFF

部員数	1学年	2学年	3学年
	7名	2名	0名

指導体制	人数	備考
顧問	2名	
部活動指導員	0名	
外部指導員	1名	*本校卒業生

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4月	東京都高等学校テニス選手権大会〔個人戦〕	小金井公園他
5月	東京都高等学校テニス選手権大会〔団体戦〕	小金井公園他
6月		
7月	都立対抗戦・合同合宿	各都立高校・山中湖村
8月		
9月	東京都高等学校新人テニス選手権大会〔個人戦〕	小金井公園他
10月		
11月	東京都高等学校新人テニス選手権大会〔団体戦〕	小金井公園他
12月	都立個人戦・フジカップ ジュニアテニストーナメント	各都立高校・モリパークテニスガーデン
1月	都立個人戦	各都立高校
2月		
3月		

令和8年度（男子バレーボール）部 年間指導計画

活動方針	「礼儀・挨拶・思いやり」～誰からも応援される人になるために～ ○選手として…「強く、厳しく、格好よく。」 ○人として…「礼儀・挨拶・思いやり」 ☆「生活指導 + 技術指導 = 部活動指導」 ☆「都立」の「東大和」の「男子バレーボール部」→自らの意志で選んで入部した場所 ☆「感謝」の気持ち→幸せな環境に感謝
活動内容	スキルアップ計画 Stage 0 4月下旬～6月中旬 スタートレベル向上期 Stage 1 6月下旬～8月下旬 基礎バレーボール力育成期 Stage 2 9月上旬～11月下旬 応用バレーボール力育成期 Stage 3 12月上旬～1月下旬 応用バレーボール力安定期 Stage 4 2月上旬～3月下旬 総合バレーボール力開発期 Stage 5 4月上旬～6月中旬 総合バレーボール力完成期
今年度目標	①都立高校大会優勝 ②関東大会出場

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	OFF	○	○/OFF	○/OFF	○	○

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	12 名	19 名	15 名

指導体制	人数	備考
顧問	4 名	
部活動指導員	1 名	
外部指導員	1 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	練習・練習試合・関東大会予選	
5 月	練習・練習試合	
6 月	練習・練習試合・インターハイ予選	
7 月	練習・練習試合	
8 月	練習・練習試合・夏季都立高校大会	
9 月	練習・練習試合・全日本一次予選	
10 月	練習・練習試合	
11 月	練習・練習試合・新人大会（一次大会）	
12 月	練習・練習試合	
1 月	練習・練習試合・新人大会（決勝大会）	
2 月	練習・練習試合・冬季都立高校大会	
3 月	練習・練習試合・	

令和8年度（男子バスケットボール）部 年間指導計画

活動方針	① 生徒の自主性の尊重 ② 対外的試合の継続 ③ 文武両道
活動内容	① バスケットボールにおける基礎的技術の習得と戦術の理解を図る。 ② 練習試合や公式戦を行い、練習の成果を図る。
今年度目標	① 関東大会出場・東京ベスト8・都立高校実績1位 ② 地域貢献と地域のバスケットボール活動への貢献

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	OFF	○	OFF/練習 試合等	OFF/練習 試合等

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	21 名	24 名	11 名

指導体制	人数	備考
顧問	5 名	*JBAB 級審判員 2 名 JBA コーチ 2 名
部活動指導員	0 名	*
外部指導員	1 名	*クラブチームにて指導*JBA 級審判員 JBA コーチ

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	生徒会部活動紹介 春季大会兼関東大会都予選	
5 月	練習・練習試合 東京都選手権兼全国大会都予選	
6 月	練習・練習試合 東京都選手権兼全国大会都予選	
7 月	練習・練習試合 合宿	
8 月	練習・練習試合 夏季 TAMA リーグ 強化 CAMP 大会	
9 月	練習・練習試合 U18 リーグ	
10 月	練習・練習試合 U18 リーグ 新人戦 2 支部大会	
11 月	練習・練習試合 U18 リーグ 新人戦 2 支部大会	
12 月	練習・練習試合 U18 リーグ	
1 月	練習・練習試合 U18 リーグ 新人戦本大会	
2 月	練習・練習試合 冬季 TAMA リーグ	
3 月	練習・練習試合	

令和8年度（男子バドミントン・女子バドミントン）部 年間指導計画

活動方針	技術向上を目指す中で、対戦相手やチームメイトへの思いやりを培い、他者と協働・切磋琢磨して成長することを目指す。
活動内容	①基礎練習を通じてバドミントンの競技特性を捉え、チームメイトと切磋琢磨する精神を養う。 ②試合形式の練習や練習試合によってバドミントンのルールやゲームの流れを理解し、高い技術を志す向上心を培う。
今年度目標	①関東公立校大会出場 ②各種大会最終日進出

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	○	○	○	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	24 名	29 名	14 名

指導体制	人数	備考
顧問	5 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	1 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	練習・練習試合・春季大会	
5 月	練習・練習試合・インターハイ予選	
6 月	練習・練習試合	
7 月	練習・練習試合	
8 月	練習・練習試合・関東公立校大会予選	
9 月	練習・練習試合・新人大会	
10 月	練習・練習試合・新人大会	
11 月	練習・練習試合・新人大会	
12 月	練習・練習試合・関東公立校大会	
1 月	練習・練習試合・冬季大会	
2 月	練習・練習試合	
3 月	練習・練習試合・新人2部大会	

令和8年度（女子ハンドボール）部 年間指導計画

活動方針	① 健やかな心身の育成。 ② 確かな人間力と技術力の向上。
活動内容	① ハンドボールにおける基礎的技術の習得と戦術の理解を図る。 ② 都内外で練習試合や公式戦を行い練習の成果を図る。
今年度目標	① 年間を通じてハンドボールの技術力の向上を目指し、関東大会出場を目指す。 ② 合宿や集団活動を通して、人間力の向上や心身の健やかな育成を目指す。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	OFF	○	○	○

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	11 名	10 名	8 名

指導体制	人数	備考
顧問	3 名	
部活動指導員	1 名	
外部指導員	3 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	春季大会 兼 関東大会都予選	東京都高体連 立川高校他
5 月	春季大会 兼 関東大会都予選 高校総体都予選	東京都高体連 立川高校他
6 月	高校総体都予選	東京都高体連 立川高校他
7 月	夏季合宿	山梨県山中湖村
8 月	公立校大会	東京都高体連 立川高校他
9 月	練習試合等	
10 月	秋季新人戦	東京都高体連 立川高校他
11 月	秋季新人戦	東京都高体連 立川高校他
12 月	ゆりーと杯	武蔵村山ハンドボール協会
1 月	ゆりーと杯	武蔵村山ハンドボール協会
2 月	練習試合等	
3 月	練習試合等	

令和8年度（女子テニス部）部 年間指導計画

活動方針	①秩序ある団体行動を学び、高校生活の充実と発展を図る。 ②個人の役割や責任感を培い、協力の精神や態度を養う。
活動内容	①基本的技能・応用技能を学び、技能のレベルアップを目指すとともに、メンタルトレーニングを取り入れ、精神的な強さを培う。 ③計画的な練習試合を、都内だけでなく関東近辺の学校と練習試合をおこなう。
今年度目標	①都立団体優勝 ②各大会上位進出（シングルス、ダブルスベスト 32 以上）を目指す。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	OFF	○	練習試合・ 大会・OFF	練習試合・ 大会・OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	9 名	5 名	2 名

指導体制	人数	備考
顧問	3 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	1 名	*日本テニス協会所属コーチ

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	インターハイ・関東大会予選（個人）	東京都高等学校連盟テニス専門部
5 月	インターハイ・関東大会予選（団体）	東京都高等学校連盟テニス専門部
6 月	関東公立大会予選	東京都立高校テニス専門部
7 月	東京都立学校対抗大会（団体） 合宿	東京都立高校テニス専門部 山梨県山中湖
8 月	関東公立大会	千葉県白子
9 月	新人戦（個人）	東京都高等学校連盟テニス専門部
10 月	新人戦（個人）	東京都高等学校連盟テニス専門部
11 月	新人戦（団体）	東京都高等学校連盟テニス専門部
12 月	東京都立対抗大会（個人）	東京都立高校テニス専門部
1 月		
2 月	多摩西部大会	多摩西部大会実行委員
3 月		

令和8年度（女子バレーボール）部 年間指導計画

活動方針	①基礎から応用、完成へと段階的な技能向上を図る。 ②日々の活動において、技能向上に加え、協働性・規律・継続力の育成を重視する。 ③部活動指導員と連携し、専門的かつ継続的な指導体制のもとで安全に配慮した活動を行う。 以上を通して、東京都ベスト16の進出を目標に、組織的かつ計画的に活動を推進する。
活動内容	①練習 ②練習試合
今年度目標	①公立高校大会決勝戦出場 ②インターハイ予選ベスト16以上 ③関東大会出場

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	OFF	○	○	○	○	OFF ○大会

※大会時のみ活動

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	11 名	8 名	8 名

指導体制	人数	備考
顧問	4 名	
部活動指導員	2 名	
外部指導員	0 名	

年間活動計画

月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	練習・練習試合・関東大会予選	
5 月	練習・練習試合・インターハイ予選	
6 月	練習・練習試合・インターハイ予選本戦	
7 月	練習・練習試合・夏季合宿	
8 月	練習・練習試合・夏季大会兼春季大会予選・8ブロック大会	
9 月	練習・練習試合・	
10 月	練習・練習試合	
11 月	練習・練習試合・新人大会（一次大会）	
12 月	練習・練習試合・多摩フェスティバル大会	
1 月	練習・練習試合・新人大会本戦	
2 月	練習・練習試合・東京都公立高校大会	
3 月	練習・練習試合・8ブロック大会 ・多摩フェスティバル大会	

令和8年度（女子バスケットボール）部 年間指導計画

活動方針	①バスケットボールを通して高校生活を豊かにし、「なりたい自分」になる。 ②競技力の向上だけでなく、様々なボランティア活動を通して、人間的に成長する。
活動内容	①大会への参加 ②上位大会等のTO業務を軸に学校・保護者・地域から応援されるチームを目指す。
今年度目標	①高体連主催大会 BEST16 以上 ②地域大会優勝

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	隔週で	○/OFF	○	○	○	○	大会等/OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	7 名	5 名	9 名

指導体制	人数	備考
顧問	4 名	*日本バスケットボール協会公認B級審判員、 日本バスケットボール協会公認D級コーチ
部活動指導員	1 名	*理学療法士 2017 全国高等学校バスケットボール選手権大会出場
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	関東大会予選	都内高校体育館
5 月	インターハイ予選	都内高校体育館
6 月	インターハイ予選	都内高校体育館
7 月	審判講習会、合宿	都立桜修館中等、都立立川緑
8 月	夏季大会、	都内高校体育館
9 月	秋季立川リーグ	日本工学院八王子
10 月	都立高研修大会	都内高校体育館
11 月	新人大会	都内高校体育館
12 月	ウィンターカップ補助役員業務（TO、スタッツ）	東京体育館
1 月	新人大会	都内高校体育館
2 月		
3 月	春季立川リーグ	杏林大学八王子キャンパス

令和8年度 女子ソフトボール部 年間指導計画

活動方針	① 学校生活の一環の中の課外活動に位置づける。 ② 学校生活、すなわち学業である課内活動を優先とする。 ③ 基本的な生活習慣を履行し健全な身体を育成する。 ④ 規範意識を高め、挨拶、礼儀、正しい言葉遣いを身につけさせる。 ⑤ 自助公助の精神が身につくよう、自立した人間に育てる。 ⑥ 積極的かつ前向きな発想のもと、逆境に強い人材に育てる。 ⑦ 自他共に尊重し、関わる全ての人や巡り逢わせに、感謝の気持ちを持ち表現できる人間に育てる。 ⑧ 集団行動の中から相互の人間関係を良好に保てる協調性や責任感を涵養する。 ⑨ 集団としての帰属意識を高め、問題意識をもって他と協力することで課題解決をしたという実体験を積ませる。 ⑩ 競技にかかわる全ての物や場所を大切に扱える力を養成する。
活動内容	① 体力向上 競技を行う上での必要な体力を身につけるとともに、より高いパフォーマンスが発揮するための身体的な能力を磨かせる。 ② 技術向上 競技を行う上で必要な技術を身につけるとともに、より高いパフォーマンスを発揮するための技術を磨かせる。 ③ 競技力向上 練習で培われた体力および技術に基づき、競技力を向上させるためにより実戦を意識するだけでなく、実践に限りなく近づいた練習を行う。 ④ 精神力向上 競技を通じて、実社会でも活躍できる高い精神性をもった人材に育てる。 ⑤ 挑戦心醸成 高い目標設定をし、逆境や困難に打ち勝てるような挑戦心のある人材に育てる。 ⑥ 豊かな人間性の涵養 競技を通して、様々な経験を積み人間性に優れた人材に成長させる。
今年度目標	① 高校総体東京都予選都大会ベスト16

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	OFF	○	○	○	○	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	7 名	5 名	7 名

指導体制	人数	備考
顧問	3名	
部活動指導員	1名	
外部指導員	1名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4月	生徒会部活動紹介	
5月	関東大会東京都予選(春季大会) 部活動保護者会（指導方針等を説明）	
6月	インターハイ東京都予選	

7月	体験入部（中学生対象） 夏期合宿 公立選手権大会	長野県佐久市(もちづき総合グラウンド)
8月	西東京研修大会	
9月	公立新人戦大会	
10月	中学校と合同練習や練習試合	
11月	新人大会東京都予選	
12月	冬季休業中 練習及び練習試合	
1月	基礎体力強化練習	
2月	練習および練習試合	
3月	練習試合	

令和8年度（陸上競技）部 年間指導計画

活動方針	① 陸上競技を通して、礼儀作法、自主性、コミュニケーションスキルを養う。 ② 「部活動関係者の良好な関係の構築」体罰やいじめのない部活動運営に努め、顧問・生徒・保護者・部活動指導員等の全ての部活動関係者の信頼関係を構築する。
活動内容	① 上位大会に向けた日々の練習 ② 大会を通して補助員による大会運営への参加
今年度目標	① 関東大会出場、自己ベストの更新 ② 陸上競技を通して社会的規範意識を養う。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	○	OFF	○	○	OFF (大会)

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	30 名	29 名	19 名

指導体制	人数	備考
顧 問	5 名	
部活動指導員	3 名	* 本校卒業生
外 部 指 導 員	1 名	* 本校卒業生（関東インカレ優勝）

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	春季大会、総体支部予選	上柚木陸上競技場、駒沢陸上競技場他
5 月	総体都大会	駒沢陸上競技場他
6 月	学年別大会、総体関東大会	上柚木陸上競技場他
7 月	1 年生都大会、都選抜大会、合宿	駒沢陸上競技場、黒姫高原陸上競技場他
8 月	多摩地区夏季大会、新人戦支部予選	上柚木陸上競技場他
9 月	新人戦都大会	駒沢陸上競技場他
10 月	新人戦関東大会	日産スタジアム他
11 月	都駅伝	味の素スタジアム他
12 月		東大和南公園他
1 月	新春駅伝	府中多摩川風の道他
2 月	（八王子夢街道駅伝）	東大和南公園、上柚木陸上競技場他
3 月	多摩湖駅伝（参加＋ボランティア）	東大和南公園、上柚木陸上競技場他

令和8年度（水泳）部 年間指導計画

活動方針	①日々のあいさつを中心とした礼儀作法・規範意識を、部活動を通して育成する。 ②生徒主体の部活動運営により、自主性・コミュニケーションスキル・組織運営能力の向上。
活動内容	①競技会への参加 ②部活動ミーティングを柱として、自主自律を重んじた活動をする
今年度目標	①西東京大会、三多摩大会に全部員で参加し、記録を残す。 ②年度末までに全部員の得意種目のタイム1秒短縮

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	○	OFF	○	○	○	OFF 大会等

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	7 名	7 名	5 名

指導体制	人数	備考
顧問	3 名	
部活動指導員	名	
外部指導員	名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月		
5 月	東京都高等学校春季水泳競技大会	東京アクアティクスセンター
6 月	東京都高等学校選手権水泳競技大会	東京アクアティクスセンター
7 月		
8 月	三多摩高等学校水泳競技大会 西東京国公立水泳競技大会	東京工科大学（片柳学園） 田無高校
9 月	東京都高等学校新人競技大会 東京都高等学校長水路記録会	東京アクアティクスセンター 東京アクアティクスセンター
10 月		
11 月		
12 月		
1 月		
2 月	東京都高等学校短水路記録会	東京アクアティクスセンター
3 月		

令和8年度 女子サッカー部 年間指導計画

活動方針	①女子サッカーを通して、規律・礼儀・協調性・責任感を育成し、学校生活及び社会生活において主体的に行動できる生徒を育てる。 ②競技力の向上と学業の充実を両立し、計画的に時間を管理しながら、主体的に学習と部活動に取り組む姿勢を身に付けさせる。
活動内容	①全国大会出場を目標に、基礎技術・戦術理解・フィジカル強化を段階的に指導し、個人及びチームの競技力向上を図る。 ②校内外の活動において感謝の気持ちを持って行動し、地域や周囲から応援されるチームづくりを目指す。
今年度目標	①都総体3位以内入賞、選手権都予選優勝、選手権大会出場

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	OFF	○	○	大会等

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	6 名	8 名	4 名

指導体制	人数	備考
顧問	3 名	*JFA 公認 B 級コーチライセンス
部活動指導員	3 名	*JFA 公認 C 級コーチライセンス、理学療法士
外部指導員	2 名	*アスレティックトレーナー

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	総体都予選	東京都高体連サッカー専門部
5 月	総体都予選	東京都高体連サッカー専門部
6 月	東京都 U-18 女子サッカーリーグ 多摩平幼稚園サッカー大会運営補助	東京都サッカー協会 多摩平幼稚園
7 月	オフシーズン	
8 月	夏季合宿	
9 月	選手権大会都予選	東京都高体連サッカー専門部
10 月	選手権大会都予選、東京都 U-18 女子サッカーリーグ	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
11 月	東京都 U-18 女子サッカーリーグ	東京都サッカー協会
12 月	選手権大会	日本サッカー協会
1 月	選手権大会、新人戦	日本サッカー協会 東京都高体連サッカー専門部
2 月	新人戦 JFA キッズフェスティバル	東京都高体連サッカー専門部 東京都サッカー協会
3 月		

令和8年度（ダンス）部 年間指導計画

活動方針	①「社会的なルールやマナーを身に付ける」組織の一員であることを意識し、社会で生活する上でのルールやマナーを身に付け、一人の行動が組織全体の印象になることやその影響について考える。 ②「ダンスを通じた協調性の育成」多人数で一つのものを作り上げる活動を通して、社会生活で必要となる、他者との協調性を身に付ける。
活動内容	① 競技会への参加 ②校内での公演 ③地域貢献活動を活動の3本柱とし、地域や学校に愛されるチームとなることに重点をおいて活動する。
今年度目標	① 日本高校ダンス部選手権夏の公式全国大会入賞 ② 日本高校ダンス部選手権春の公式大会入賞

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	○	OFF	○	OFF	○	○	OFF 大会等

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	26 名	12 名	24 名

指導体制	人数	備考
顧問	4 名	
部活動指導員	名	
外部指導員	1 名	本校卒業生

年間活動計画

月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	部活動紹介・新入生歓迎公演	本校体育館・本校剣道場
5 月	MUSIC DAYS 予選	動画による予選
6 月		
7 月	MUSIC DAYS 本戦 夏休み みんなでつくる遊空間（ボランティア）参加	なかの ZERO 大ホール 東大和市公民館
8 月	日本高校ダンス部選手権（夏の公式全国大会・東京都大会） 中高生ダンスイベント JOYINTO 参加	J:COM ホール八王子 武蔵村山さくらホール
9 月	文化祭	本校体育館
10 月		
11 月		
12 月	クリスマスコンサート	
1 月		
2 月		
3 月	日本高校ダンス部選手権（春の公式大会・東日本大会）	未定

令和8年度（卓球）部 年間指導計画

活動方針	①部活動を通して、教育目標及び学校経営計画の達成を目指す。 ②応援されるチーム、応援される人間の育成を目指す。
活動内容	①ひたむきで謙虚な姿勢を持ち、互いに切磋琢磨しながら、試合や練習に全力に取り組む。 ②部活動ができることへの感謝の気持ちを忘れず、時間や服装など学校のルールを遵守し、学習や学校行事においても校内の模範となるよう活動する。
今年度目標	①活動方針で示した内容を達成する。 ②団体戦：公式戦出場、公式戦勝利、個人戦：関東大会出場、総体出場

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	OFF	○	○	OFF	○

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	2 名	1 名	2 名

指導体制	人数	備考
顧問	3 名	
部活動指導員	1 名	
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	春季大会 、部員による地域中学校への卓球の指導	東京都高等学校体育連盟
5 月	総合体育大会	東京都高等学校体育連盟
6 月		
7 月	多摩地区大会	東京都高等学校体育連盟
8 月	国公立大会 東大和市卓球選手権大会	東京都公立学校卓球大会実行委員会 東大和市卓球連盟
9 月	全日本卓球選手権ジュニアの部 東京都予選	東京都卓球連盟
10 月	東京都高等学校新人卓球大会 東大和市民卓球大会	東京都高等学校体育連盟 東大和市卓球連盟
11 月	東京都高等学校新人卓球大会	東京都高等学校体育連盟
12 月	TOKYO OPEN 予選 東大和市 Jr 育成卓球大会	東京都卓球連盟 東大和市卓球連盟
1 月		
2 月	市町村卓球大会	東京都市町村卓球連盟
3 月		

令和8年度（科学）部 年間指導計画

活動方針	①身近な現象や物質に疑問を持ち、探究心と主体性を育む ②施設訪問や発表活動を通じ、教室外の学びで視野を広げる
活動内容	①定期的な実験・観察を行い、記録・考察の力を継続的に高める ②文化祭発表や体験会を運営し、外部施設の見学・交流を実施する
今年度目標	①文化祭展示を改善し、来場者の満足度向上と来場者数増を図る ②部員主体の企画を増やし、活動頻度と内容の充実で活発化する

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	OFF	○	OFF	○	OFF	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	3 名	1 名	9 名

指導体制	人数	備考
顧問	2 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	部活動発表会 実験・観察	
5 月		
6 月	文化祭準備	
7 月	実験体験会、文化祭準備、遊空間ボランティア	外部施設（遊空間ボランティアは東大和市公民館）
8 月	文化祭準備	外部施設
9 月	文化祭発表	
10 月	部活動体験会	
11 月		
12 月	実験体験会	
1 月		
2 月		
3 月	部活動発表会準備、実験体験会	

令和8年度（吹奏楽）部 年間指導計画

活動方針	①音楽を通じて思いやり、諦めない強さ、深く味わう（考える・感じる）ことのできる心を育てる。 ②定期演奏会、檜木祭などイベントでの演奏で音楽の楽しさ、感動を伝える。 ※コンクール以外の様々なイベントにも積極的に参加する ③各コンクール、大会において目標をもって計画的に取り組み、結果を出すために必要な戦略、プロセス、努力と継続の大切さを学ぶ。
活動内容	①定期演奏会の開催 ②檜木祭やバンドフェスティバル等の地域イベントへの参加 ③コンクール、アンサンブルコンテストへの参加
今年度目標	①定期演奏会のほか地域イベントに積極的に参加する ②コンクール、アンサンブルコンテストで代表権を獲得し上位大会への参加

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	○	○	○	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	6 名	7 名	8 名

指導体制	人数	備考
顧問	4 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	1 名	* 本校吹奏楽部卒業生

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	体験入部・歓迎演奏	本校音楽室
5 月		
6 月	バンドフェスティバル	高吹連・府中の森芸術劇場どりーむホール
7 月	野球部応援・遊空間ボランティア 合宿 N コン（NHK全国学校音楽コンクール） ホール練習	球場未定・東大和市民館 湯ノ丸高原方面 NHK・府中の森芸術劇場どりーむホール 府中の森芸術劇場ウィーンホール
8 月	ホール練習 東京都高等学校吹奏楽コンクール 東日本大会代表選考会	東大和市民会館ハミングホール 高吹連・府中の森芸術劇場ウィーンホール 高吹連・府中の森芸術劇場どりーむホール
9 月	檜木祭	東大和高校体育館及び中庭
10 月	東日本学校吹奏楽大会	高吹連・金沢歌劇座（石川県）
11 月	東京都高等学校文化連盟音楽部門多摩北地区大会	高音研・国立音楽大学講堂
12 月	東京都高等学校アンサンブルコンテスト	高吹連・府中の森芸術劇場ホール未定
1 月	東京都高等学校文化連盟音楽部門中央大会	高音研・府中の森芸術劇場どりーむホール
2 月	東京都アンサンブルコンテスト	高吹連・府中の森芸術劇場ホール未定
3 月	定期演奏会（18 時開演）	東大和市民会館ハミングホール

令和8年度（美術）部 年間指導計画

活動方針	①文化祭や中央展に向けて、人に発表できる作品を根気よく制作する。 ②表現したいことに合わせて描く方法を選択できるようにし、基本的な描き方を学ぶ。
活動内容	①油絵やアクリルガッシュ、水彩など多様な絵の描き方の基本を学ぶ。 ②絵以外にもガラス工芸など立体物の作成についても学ぶ。
今年度目標	①文化祭で良い絵を展示できるように努力する。 ②中央展に参加し、他校の美術部と交流を図る。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	OFF	OFF	○	OFF	OFF/大会等

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	1 名	0 名	3 名

指導体制	人数	備考
顧問	2 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	0 名	

年間活動計画

月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	作品制作	
5 月	作品制作	
6 月	作品制作	
7 月	作品制作 遊空間（ボランティア）	東大和市公民館
8 月	作品制作	
9 月	檜木祭 作品展示	
10 月	作品制作	
11 月	作品制作	
12 月	東京都高等学校文化連盟 美術・工芸部門 中央展	高文連主催 東京都美術館
1 月	作品制作	
2 月	作品制作	
3 月	作品制作	

令和8年度（フォークソング）部 年間指導計画

活動方針	①フォークソング（弾き語り／バンド形態を含む）を題材に、表現力・創造性を伸ばすとともに、合奏・運営を通して協働性、責任感、主体性を育む。 ②校内の行事や発表の機会を大切にし、必要に応じて地域行事等への参加も検討する。
活動内容	①部内での発表会、②檜木祭、③地域行事 の三つの発表の場を中心に据え、日々の練習を大切にし、校内および地域からも認められる部になることを目指し活動する。
今年度目標	①機材の安全運用（音量管理・配線・搬入搬出）について、部員全員が基本手順を説明できる状態にする。 ②部内のコミュニケーション規範を共有し、互いを尊重する言動を徹底する。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	OFF	○	OFF	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	7 名	5 名	8 名

指導体制	人数	備考
顧問	2 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月		
5 月	新入生歓迎コンサート	本校教室
6 月		
7 月	遊空間（演奏、ギター教室）	東大和市公民館
8 月		
9 月	檜木祭	本校体育館
10 月		
11 月	オータムフェスティバル	東大和市公民館
12 月	クリスマスコンサート	本校教室
1 月		
2 月		
3 月	年度末発表会	本校教室

令和8年度（デジタルクリエイト）部 年間指導計画

活動方針	①「社会的なルールやマナーを身に付ける」組織の一員であることを意識し、社会で生活する上でのルールやマナーを身に付け、一人の行動が組織全体の印象になることやその影響について考える。
活動内容	① 部活動紹介のポスター制作 ② 学校の360度動画の制作
今年度目標	① 部活動の紹介のポスターを作り、学校を盛り上げる。 ② さまざまなICT機器に触れる。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	OFF	○	○	○	OFF	OFF

部員数	1学年	2学年	3学年
	1名	2名	2名

指導体制	人数	備考
顧問	2名	
部活動指導員	名	
外部指導員	名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4月	部活動紹介のポスター制作	学校
5月	各部活動の応援ポスター制作	学校
6月	各部活動の応援ポスター制作	学校
7月	各部活動の応援ポスター制作	学校
8月	各部活動の応援ポスター制作	学校
9月	各部活動の応援ポスター制作	学校
10月	各部活動の応援ポスター制作	学校
11月	各部活動の応援ポスター制作	学校
12月	各部活動の応援ポスター制作	学校
1月	各部活動の応援ポスター制作	学校
2月	各部活動の応援ポスター制作	学校
3月	各部活動の応援ポスター制作	学校

令和8年度（家庭科）部 年間指導計画

活動方針	①調理を通して、調理技術や衛生管理の知識を身につけ、安全で楽しい活動を行う。 ②部員同士で協力しながら新しいレシピに挑戦し、作る楽しさや食べる喜びを大切にす る。
活動内容	①季節の行事に合わせたお菓子作りや、新しいレシピの研究・調理を行う。 ②文化祭の「檜木祭」に向けて、販売用のお菓子作り・企画を行う。
今年度目標	①ケガがないよう安全に活動を行う。 ②部員同士で協力しながら、計画を立てて活動を行う。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	OFF	OFF	○	○	OFF	OFF

※毎週ではなく、月1～2回不定期で活動。前日に材料の買い出しを行う。

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	4 名	8 名	6 名

指導体制	人数	備考
顧問	2 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	部活動体験	食物室
5 月	菓子作り	食物室
6 月	菓子作り	食物室
7 月	菓子作り	食物室
8 月	菓子作り	食物室
9 月	「檜木祭」に向けた菓子作り・販売	食物室
10 月	菓子作り	食物室
11 月	菓子作り	食物室
12 月	菓子作り	食物室
1 月	菓子作り	食物室
2 月	菓子作り	食物室
3 月	菓子作り	食物室

令和8年度（茶道部）部 年間指導計画

活動方針	日本文化を尊重し、理解を深め、おもてなしの精神を身につける。
活動内容	裏千家の茶道の先生の指導のもと、お点前の作法を身につける。 高尾山若葉祭りや檜木祭でお点前を披露する。
今年度目標	①3年生はお点前の作法を完璧にし、後輩への指導も行う。 ②1・2年生はお点前の技術の基本を身につける。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	5 名	2 名	3 名

指導体制	人数	備考
顧問	2 名	
部活動指導員	0 名	
外部指導員	1 名	*裏千家教授

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月		
5 月	高尾山若葉祭り参加	裏千家主催、高尾山薬王院不動堂
6 月		
7 月	遊空間参加（1 年生）	東大和市公民館
8 月		
9 月	檜木祭	東大和高校（教室）
10 月		
11 月	炉開き	東大和高校（和室）
12 月		
1 月	初釜	東大和高校（和室）
2 月		
3 月	三年生を送る会	東大和高校（和室）

令和8年度（和太鼓）部 年間指導計画

活動方針	①「心・技・体」の成長と人間性を重視する。 ②地域貢献と笑顔を届ける。
活動内容	①基礎打ちと筋トレによる体幹・リズム感の強化。 ②地域のお祭りや大会に向けた曲の演奏練習。
今年度目標	①礼儀と感謝を胸に、心に響く音と強い体を磨く。 ②中央大会銀賞以上を目指すハイレベルな演奏。

活動日	月	火	水	木	金	土	日
	OFF	○	○	OFF	○	○	OFF

部員数	1 学年	2 学年	3 学年
	2 名	3 名	3 名

指導体制	人数	備考
顧問	2 名	
部活動指導員	1 名	* 御諏訪太鼓を伝承する家系に生まれた太鼓打師。
外部指導員	0 名	

年間活動計画		
月	活動内容（合宿・大会・発表・地域貢献活動 等）	備考（主催・場所 等）
4 月	部活動発表会	本校体育館
5 月	演奏練習	本校
6 月	演奏練習	本校
7 月	どろんこ保育園の夏祭りで演奏 遊空間での和太鼓教室	どろんこ保育園 東大和市中央公民館
8 月	演奏練習	本校
9 月	演奏練習	本校
10 月	演奏練習	本校
11 月	演奏練習	本校
12 月	演奏練習	本校
1 月	中央大会	日野市文化会館
2 月	高校生太鼓まつり	場所は未定
3 月	演奏練習	本校