

令和元年度 卓球部 活動計画

1 指導体制

主顧問 田中健、中野友美子

顧問 金田和久、山川幹子

外部指導員 伊藤由宇（日本体育協会公認 週1回）

2 年間目標

- ・ 卓球を通して、体力・技術の向上、社会性の育成を図る。
- ・ 上位大会出場を目指す。

3 指導方針

- ・ モチベーションを高く持ち、短時間に集中して行う。
- ・ 練習内容を工夫し、質の高い練習を展開する。
- ・ 週に1回以上必ず休養日を設定する。

4 指導内容・方法

(1) 体罰・暴言等のない指導

- ・ 体罰が行われないよう、顧問間で指導した経緯や事実を共有する。
- ・ 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。

(2) 生徒間の暴力禁止

- ・ 毎日の部活動終了時に全体の反省会を行い、生徒間に暴力行為が無いかを見守る。

(3) 外部指導員の活用

- ・ なし

5 部員数（令和元年. 7. 19現在）

	男子	女子	合計
1年	4	0	4
2年	7	4	11
3年	4	3	7
4年	1	2	3
5年	4	6	10
6年			
合計	20	15	35

6 活動日及び活動場所

【活動日】 週4日

【休養日】 毎週 水曜日、土曜日、日曜日

※日曜日が大会の場合は月曜日が休養日

【活動時間】

(平日) 16:00～18:00

(週休日等) 9:00～12:00

【活動場所】 剣道場

7 大会等の主な記録（過去3年）

平成28年度	平成29年度	平成30年度
<区春季大会> 女子複2チーム都大会進出 <区新人大会> 女子団体3位 都大会進出 女子複 城北大会進出 女子個人 城北大会進出 <区学年別大会> 女子団体 A組2位B組優勝	<区春季大会> 女子団体3位 <区新人大会> 男子個人 都大会進出 女子個人 城北・都大会進出 <区学年別大会> 女子団体2位 女子個人3位 <区大会> 女子団体3位 女子個人 都大会進出	

8 年間（月別）活動計画（今年度の参加予定大会を含む）

月	週休日の活動日数	内 容	
4	1回	前期生 後期生	文京区春季卓球大会 高体連総会
5	1回	後期生 後期生	関東大会予選 総合体育大会予選
6	0回		
7	1回	前期生 夏季休業中	文京区卓球選手権大会 夏季合宿、強化練習
8	0回	後期生	国公立卓球大会
9	0回	後期生	全日本卓球選手権ジュニア大会
10	0回	後期生	高等学校新人卓球大会
11	0回	前期生	文京区卓球新人戦
12	0回	冬季休業中	強化練習
1	1回	前期生	文京区学年別卓球研修大会
2	0回	後期生	卓球技術研修大会
3	1回	後期生女子 春季休業中	地区別卓球大会 強化練習

※大会は、高体連・中体連の公式戦のみ掲載