

[様式2]

三鷹中央学園三鷹市立第四中学校  
令和8年度 バレーボール部の活動方針・活動計画

令和8年4月24日

1 指導体制

顧問教諭等氏名		部活動指導員(休日限定)氏名	資格や経験等	頻度
主顧問	岩崎 駿	大出 奈緒	地域バレーで活動中	週 2 程度
副顧問	鈴木 歩夢	部活動指導助手	資格や経験等	頻度
副顧問		高橋 亜衣吏	学生時代経験	週 1 程度
副顧問				

2 部員数(令和8年4月現在)

	男子	女子	小計	合計
第1学年	0人	12人	12人	35人
第2学年	0人	10人	10人	
第3学年	0人	13人	13人	

3 年間目標

年間の目標	(1)自主的・自発的に取り組み、個々が技術向上を図る。 (2)仲間と協力し、チームとして目標をもって活動する。 (3)学習や学校生活と両立し、礼儀や日々の行動をしっかりと行う。
-------	--

4 活動方針

活動方針	(1)学校生活のルールを守って行動させる。 (2)あいさつ、返事など基本的な態度を身につけさせる。 (3)個人として、またチームとしての目標を掲げ、その目標に向かって日々の練習に取り組ませ、仲間と切磋琢磨しながら技術の向上を図る。 (4)学習を第一に考えさせ、「やりたいことよりもやるべきこと」を徹底させる。
------	---

5 指導内容・方法

(1)体罰・暴言等のない指導	体罰、暴力的指導や行き過ぎた指導は絶対に許されないという認識のもと、定期的に情報交換を行い、顧問、生徒、保護者、外部指導員と協力し、部活動を運営していく。
(2)生徒間の暴力禁止	一人ひとりが安心して活動できるよう、チーム内でのコミュニケーションを大切に、チームワークを高める。
(3)部活動指導員・指導助手の活用	週 1~2 回を目安に技術の向上のため、部活動指導員等に指導していただく。
(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。

## 6 活動計画

(1)活動日		月、木、土、(日) ※火水金は基本なし。
(2)活動時間	平日	16:00~18:00(2時間)
	休日	9:00~12:00または13:00~16:00(3時間)
(3)休養日		日・火・水・金 ただし日曜に大会が入る場合がある。
(4)年間活動予定		
1学期	4月	多摩大会予選① 4/26(日)
	5月	多摩大会交流戦② 5/10(日)
		選手権大会三鷹市予選① 5/31(日)
	6月	選手権大会三鷹市予選② 6/7(日)
		選手権大会ブロック予選 6/21(日)
		選手権大会ブロック決勝 6/28(日)
	7月	
	8月	三鷹市女子新人練習会 8/30(日)
	9月	三鷹市民大会 9/20(日)
		新人戦三鷹市予選 9/27(日)
	10月	新人戦ブロック予選 10/11(日)
11月		
12月	TAISEI V CUP ※昨年は12月参加	
3学期	1月	
	2月	ブロック冬季研修会 2/7(日) 2/14(日)
	3月	ブロック1年生研修会 3/7(日)

### (5)参加予定大会

	主催団体等	大会名
1	多摩地区中学校バレーボール大会	多摩大会
2	中学校体育連盟	選手権大会
3	三鷹市体育協会	市民大会
4	中学校体育連盟	新人大会
5	大成高校	TAISEI V CUP
6	第9ブロック	研修大会(2月)、1年生大会(3月)

### 7 過去3か年の主な実績

	年度	大会名(主催団体等)	実績
1	令和7年度	三鷹市民大会(三鷹市体育協会)	中学女子の部3位
2			
3			
4			