

卓球部保護者会資料



令和2年 7月7日
手代木中学校卓球部

1 はじめに

顧問紹介

今年度卓球部では、
と が顧問として担当いたします。卓球の経験はありませんが、生徒とコミュニケーションをとりながら、充実した部活動となるよう、努めてまいります。また部活動指導員として、休日の練習や大会等でコーチに指導していただきます。連携しながら指導を行っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

2 指導方針

強く 正しく 美しく

卓球部では、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、生徒に活動の楽しさや喜びを味わわせたいと考えています。そのため、以下のような点について、上記の部訓のような生徒になるようよりきめ細かく指導をしていきたいと思っています。

①強く

健やかな身体は、身体の成長が著しい時期です。日々の練習を通し、体力の向上に努めます。また、切磋琢磨しあえる環境を作ることで、技術の向上に努めます。

②正しく

スポーツは1人では成り立ちません。多くの人の助けがあって充実した活動をすることができま。活動を通して、監督、コーチ、そして仲間や相手の選手への礼儀・節度、及び練習や試合での態度を育成していきたいと考えています。

③美しく

目標に向かって努力する姿勢、ねばり強く最後までやりとげる強い精神は何よりも美しいものだと考えます。さらに、多くのスポーツでは道具を使います。日々の手入れなどを心がけ、ものを大切にする心を養いたいと思います。また、日ごろから共に練習する仲間と互いに協力し合って友情を深めるなど、豊かで美しい人間性を育成したいと思います。

3 卓球部の約束

充実した部活動にいただくために、次のようなことを約束しています。ご家庭でもご協力をお願いします。

(1) 挨拶

相手がいることで卓球は練習ができます。また、仲間がいることで切磋琢磨できます。「おはよう」、「こんにちは」の他、「お願いします」、「ありがとうございました」など、言うだけではなく、相手に伝わるよう述べることを指導しています。

(2) 礼儀

上記の挨拶とつながるところもあります。また、以下を大切にしていきます。

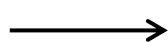
- 相手に伝わるように、感謝を述べる。
- 試合及び練習は、全力を尽くす。
- 大会や練習試合では、自分が試合の時以外は仲間の応援をしっかりと行うこと。
(仲間への感謝)
- 道具の手入れ、用具の使用方法をきちんとすること。(道具への感謝)

(3) 行動

- 練習を休むときは、必ず先生に連絡すること。
(平日練習や土日祝日の練習はもちろん、大会や練習試合等のときは特に忘れずに連絡をしてください。連絡なしでは先生も友達も大変心配します)
- 時間をしっかりと守ること。
練習時間や集合時間には、遅れない。(5～15分前行動)
練習が8時開始であれば、8時から準備をするのではなく、8時には準備が済んだ状態で練習に入れるのが理想です。
- 練習では、一球一球に集中し、無駄な時間をなくすこと。
- 大会や練習試合では、仲間や他の選手の練習・試合を見学し、自分の技術向上に役立てること。

4 部活動にかかわる物品について

ユニフォーム
ラケット



一括で購入致します。特に、ラケットは、コーチをお願いして注文します。ユニフォームについては後日、連絡いたします。すでにラケットを持っている生徒については、コーチと相談の上、そのまま使用するか、改めて購入するか検討してください。

シューズ



スポーツショップやネット通販等で、各自で購入をお願いします。
※ネット通販参考(ジャスポ→ <http://www.jasupo.com/shop/jspcube/html/>)

部活動 T シャツ



試合で利用できるものを購入します。

※8年生のユニフォーム購入は、大会で勝ち上がった時に、汗をかいたユニフォームでは、パフォーマンスが低下するとともに、試合間に冷えて風邪をひく場合があります。そこで、使用例として、予選リーグ→部活動 T シャツ、決勝トーナメント→ユニフォーム①、決勝リーグ→ユニフォーム②のような使い方をします。

5 大会及び練習等について

(1) 移動手段について

用途	移動手段
中体連の大会 (総体, 新人戦)	団体・個人戦を問わず, 学校でバスを借用する(学校負担)。
その他 (近隣大会, 練習試合)	<p><団体戦> 卓球部の代表として参加するとともに, メンバー外の生徒も仲間の応援や他の選手のプレーから学ぶことが多いため, 基本全員参加。 ・バスを借用する(保護者会費)。</p>
	<p><個人戦> ・大会で近辺(県南内)の場合, 保護者送迎とする。 ・大会で遠方(県南外)の場合, バスを借用する(保護者会費)。 ・上位大会(県カデットなど)の場合, 少人数のため保護者送迎とする。</p>
	<p><練習試合・強化試合> ・保護者送迎とする。 ・自転車の場合, 前日にヘルメットを学校から貸し出す。</p>
上位大会について	関東選抜大会(団体戦)のような大会を勝ち抜いて参加する上位の大会では, 市バスを使えることがある。ただし, 空きがない場合や市の許可が下りない場合は使えない。

(2) 月ごとの活動について

① 休日の練習

基本は土曜日の午前の活動となります。また, 剣道部と予定を相談した上で, 午後の活動となるときもあります。

(ただし, 総体, 新人戦前など, 大会日程により日曜日の活動等があります。)

② 土日祝日の活動は, 剣道部と予定を相談した上で, 月の予定表に記載します。

③ 平日は, 剣道部と格技室を共有して活動します。

6 部活動に関する連絡

① 部活動時の服装について

部活動時の服装ですが, 原則, 学校の体操着・ジャージを使用します。例年, 学校として次のようになっていますので, ご理解のほどをお願いします。

(ア) 部活で購入したＴシャツやウインドブレーカー等は使用可能です。

※ Ｔシャツは保護者会で, ウインドブレーカーは冬前に, ご連絡いたします。

(イ) クラブの際は, これまで通り各自購入したＴシャツ等を使用して構いません。

※ 部活扱いのクラブの日を除く。

② 顧問への連絡について

欠席の連絡は必ずするようにお願いいたします。連絡方法は, 電話でもメールでも構いませんが, 電話での連絡のほうがスムーズです。

月の予定や大会の時間の変更等がありましたら, 事前に生徒たちを通じてお知らせするとともに, らくらく連絡網の方でもお知らせします。

7 卓球クラブについて

※テスト3日前や特別な学校行事前などは, クラブも停止となっています。しかし, テスト3日前でも手代木中学校の生徒以外の方の活動は許可されています。

令和2年度 年間試合計画

※下記の表は昨年度のを引用したものです。だいたいこの通りに大会に出場しますが、多少変更される場合もあります。なお、今年度は新型コロナウイルス感染症予防のために、これまでに中止となった大会や未定の大会があります。

移動欄： ○ → 学校からバスが出ます。
 バス → 保護者会費からバスを出すか検討します。
 個人 → 保護者送迎をお願いします。

月	大会	移動	会場
5	江幡杯（男子団体）	バス	ひたちなか市体育館
	江幡杯（女子団体）	バス	ひたちなか市体育館
6	県南選手権 （団体男女各2チームまで）	バス	霞ヶ浦文化体育館
	市総体 団体	○	桜総合体育館
	市総体 個人	○	桜総合体育館
	県南総体 団体 （出場条件：市6位以上）	○	霞ヶ浦文化体育館
	県南総体 個人 （出場条件：市ベスト16以上）	○	霞ヶ浦文化体育館
7	つくば市中学校選抜卓球練成会 （県南選抜個人へ出る選手を決めます） 8年生 各校4名 7年生 経験者	個人	桜総合体育館
	県総体 団体 （出場条件：県南6位以上）	○	下館総合体育館
	県総体 個人 （出場条件：県南ベスト16以上）	○	下館総合体育館
8	県南ジュニア中学予選	個人	たつのこアリーナ
	県南選抜 団体 （出場条件：専門委員長判断）	バス	たつのこアリーナ
	県南カデット 個人	個人	たつのこアリーナ
	県カデット （出場条件：各種目であり）	個人	下館総合体育館
	市新人 団体	○	桜総合体育館
	市新人 個人	○	桜総合体育館

10	県南新人 団体 (出場条件：県南6位以上)	○	霞ヶ浦文化体育館
	県南新人 個人 (出場条件：県南ベスト16以上)	○	霞ヶ浦文化体育館
	県新人 団体 (出場条件：県南6位以上)	○	下館総合体育館
	県新人 個人 (出場条件：県南ベスト16以上)	○	下館総合体育館
11	県ジュニア (出場条件：県南ジュニアベスト16以上)	個人	たつのこアリーナ
	東京選手権カデットの部茨城県予選 (出場条件：県大会出場者)	個人	下館総合体育館
12	筑西オープン	バス	
2	岩間小・中学生卓球大会	バス	

※色は、出場条件を満たした場合に出場します。〈団体〉の場合はバス、〈個人〉の場合は、保護者送迎を検討しています。

令和2年度 卓球部 活動計画

つくば市立手代木中学校

1 構成人員

	7年	8年	9年	計
男	5	8	10	23
女	5	2	4	11
計	10	10	14	34

活動場所	格技場
顧問	
顧問	
部活動指導員	
部長(男子)	
(女子)	
副部長	

2 活動計画

目標	<ul style="list-style-type: none"> 基礎練習を通して、体力および卓球技術の向上を図る。 練習試合、対外試合の出場・観戦を通して、選手としての礼儀を身につけるとともに、自身の技術向上の糧とする。 部の仲間同士、互いを認め合い、支え合いながら、チーム力の向上に努める。 		
	予定する活動	活動上の留意点	主な大会
前期	<ul style="list-style-type: none"> 対外試合への出場（他校との練習試合・総体等の大会） 基礎練習（体力づくり・ランニング・ラリー） 試合形式の練習 ランキング戦 	<ul style="list-style-type: none"> 7年生は基礎練習を通して卓球の基礎を習得し、選手としての礼儀作法を身につけられるようにする。 8年生は自己の技量の向上および苦手技の克服ができるようにする。 9年生は苦手技の克服とともに、さらに上の自身の技術向上および試合でのメンタルを強くできるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 県南中学校卓球選手権大会※ つくば市総体※ 県南総体※ 県総体※ 県カデット大会※ つくば市新人戦 <p>※今年度は中止</p>
後期	<ul style="list-style-type: none"> 対外試合への出場（他校との練習試合・諸大会） 基礎練習（体力づくり・ランニング・ラリー） 試合形式の練習 ランキング戦 	<ul style="list-style-type: none"> 7年生は試合形式の練習を通して、試合の進行方法を理解し、自己の技量の向上をめざす。 8年生は新人戦や来年度の総体に向けて、さらなる自己の技術の向上をめざす。 	<ul style="list-style-type: none"> 県南新人戦 県新人戦 <p>※詳細は活動報告参照</p>