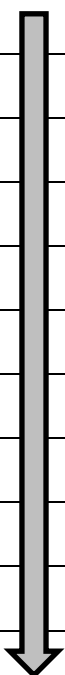


港区立港陽中学校 令和8年度部活動に関する活動方針

<p>学校における部活動の方針</p>	<p>「港区立学校部活動ガイドライン」に則り、本校の生徒にとって望ましい部活動の実施環境を構築するという観点に立ち、部活動が以下の点を重視して、地域、学校、競技種目、活動等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・児童・生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること。</li> <li>・児童・生徒が芸術文化等の活動に親しみ、多様な表現や鑑賞の活動を通して、豊かな心や創造性の涵養を目指した教育の充実に努めるとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること。</li> <li>・児童・生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組むこと。</li> <li>・学校全体として部活動の指導・運営に係る体制を構築すること。</li> </ul>
<p>適切な休養日等の設定方針</p>	<p><b>【休養日】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける（平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は他の日に振り替える。）。</li> <li>2 大会や発表会等の直前の練習や大会や発表会等の当日のため、上記休養日の設定が行えない場合は、事前に活動計画等により、校長の承認を得るとともに、概ね2週間以内に休養日を振り替え、児童・生徒に十分な休養を与えるようにする。（なお、「大会や発表会等の直前の練習」の期間は、おおむね2週間程度とする。）</li> <li>3 長期休業中の休養日の設定についても、「1・2」に準じた扱いを行う。また、児童・生徒が十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。</li> </ol> <p><b>【活動時間】</b></p> <p>1日の活動時間は、長くとも学期中の平日では朝練習も含め、2時間程度、週休日（祝日等を含む。）及び長期休業中は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。なお、ここでの活動時間とは身体的な活動及び多様な表現や鑑賞の活動を行う時間を指す。活動に伴う準備や片づけ、ミーティング等の時間を含めて、平日は3時間程度、週休日は4時間程度とする。</p>
<p>設置されている 運動部活動名</p>	<p>水泳部 バスケットボール部 バドミントン部 セーリングヨット部 ダンス部 eスポーツ部（設置予定：ビーチバレーボール部）</p>
<p>設置されている 文化部活動名</p>	<p>総合芸術部 総合文化部</p>

港区立 港陽中学校 eスポーツ部 令和8年度年間活動計画

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・継続的な活動</li> <li>・eスポーツを楽しむ</li> </ul>			
部員数 (令8年4月30日現在)	7年 12名	8年 1名	9年 0名	計 13名
活動日	水曜日			
活動時間	平日	活動なし	休日	15:00～17:00
休養日	月・火・木・金・土・日			
主な活動予定	4月	部内練習・部内試合		
	5月			
	6月			
	7月			
	8月			
	9月			
	10月			
	11月			
	12月			
	1月			
	2月			
	3月			
参加予定大会	なし			
主な実績	令和8年度新設部活のため、なし。			

港区立 港陽中学校 セーリングヨット部 令和8年度年間活動計画

年間目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 艀装から操船までのヨットについての技術を身に付け、上達させる。</li> <li>・ 地域の海に親しみ、海洋に関する幅広い知識を身に付ける。</li> </ul>			
部員数 (令8年4月30日現在)	7年 7名 8年 5名 9年 2名 計 14名			
活動日	原則として月4回(土曜日) (部員数に応じて活動日を分ける)			
活動時間	平日	活動なし	休日	9:00~12:00
休養日	基本的に土曜日以外すべて			
主な活動予定	4月	↑		
	5月			
	6月		お台場海浜公園や近郊の海でのセーリング(体験及び操船)	
	7月		ヨットについての理論的な学習	
	8月		各装備、ロープワーク、海図、天気図、コンパス等の実習	
	9月		非常時の対応訓練(背浮き等)	
	10月		体力作り	
	11月			
	12月			
	1月			
	2月			
	3月	↓		
参加予定大会	なし			
主な実績	7年度	お台場海浜公園や近郊の海でのセーリング 非常時の対応訓練(背泳ぎ等)		
	6年度	お台場海浜公園や近郊の海でのセーリング 非常時の対応訓練(背泳ぎ等)		
	5年度	お台場海浜公園や近郊の海でのセーリング 非常時の対応訓練(背泳ぎ等)		

港区立 港陽中学校 ダンス部 令和8年度年間活動計画

年間目標	気持ちを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを表現する。			
部員数 (令和8年4月30日現在)	7年2名 8年0名 9年1名 計3名			
活動日	水曜日			
活動時間	平日	15:00~17:00	休日	なし
休養日	月・火・木・金・(土・日)			
主な活動予定	4月	新入生歓迎会 部活動説明会		
	5月	基礎的な練習		
	6月	基礎的な練習		
	7月	基礎的な練習		
	8月			
	9月	基礎的な練習		
	10月	基礎的な練習		
	11月	基礎的な練習		
	12月	基礎的な練習 MINATOリズムダンスフェスタ		
	1月	基礎的な練習		
	2月	基礎的な練習		
	3月	基礎的な練習		
参加予定大会	みなと区民まつり MINATOリズムダンスフェスタ			
主な実績	7年度	週1回活動 みなと区民まつり参加 MINATOリズムダンスフェスタ出場		
	6年度	週1回活動 (部活動指導員による指導)		
	5年度	週1回活動		
	4年度	週1回活動		

港区立 港陽中学校 バスケットボール部 令和8年度年間活動計画

年間目標	継続的な活動			
部員数 (令和8年4月30日現在)	7年 11名 8年 0名 9年 8名 計 19名			
活動日	毎週 月・金			
活動時間	平日	16:00~17:00	休日	なし
休養日	火・水・木・(土)・(日)			
主な活動予定	4月	部内試合を通して技術力の向上を図る		
	5月			
	6月			
	7月			
	8月			
	9月			
	10月			
	11月			
	12月			
	1月			
	2月			
	3月			
参加予定大会	なし			
主な実績	7年度	なし		
	6年度	なし		
	5年度	なし		

港区立 港陽中学校 バドミントン部 令和8年度年間活動計画

年間目標	都大会進出							
部員数 (令和8年4月30日現在)	7年	4名	8年	16名	9年	5名	計	25名
活動日	毎週月・火・木・金・(土)・(日) 曜日							
活動時間	平日	15:50~18:00		休日	9:00~12:00 または 13:00~16:00			
休養日	水・(土)・(日) 曜日							
主な活動予定	4月	練習試合						
	5月	練習試合						
	6月	夏季大会港区予選						
	7月	夏季大会Aブロック大会・都大会 (JOC 予選)						
	8月	夏季休業中特別練習会						
	9月	新人大会港区予選 (~10月中旬)						
	10月	新人大会港区予選						
	11月	新人大会Aブロック大会						
	12月	港区ジュニア育成事業バドミントン大会						
	1月	冬季休業中特別練習会、日本バドミントン協会冬季大会港区予選 (協会登録選手)						
	2月	練習試合						
	3月	1年生大会						
参加予定大会	東京都中学校バドミントン夏季選手権大会港区予選 (夏季大会) 東京都中学校バドミントン新人大会、 港区ジュニア育成事業バドミントン大会 日本バドミントン協会冬季大会港区予選 (協会登録選手) 港区1年生大会							
主な実績	7年度	新人大会 男子団体3位 新人大会 女子団体4位 新人大会 男子 2年生ダブルス 準優勝 1年生大会 男子ダブルス準優勝 女子ダブルス準優勝 港区選抜チーム 男子ダブルス選出						
	6年度	夏季大会 男子シングルス →第4位 男子 1年生大会ダブルス 優勝						
	5年度	夏季大会 男子シングルス →第4位 夏季大会 女子団体戦→第3位 港区ジュニア育成バドミントン大会 男子 2年生シングルス 優勝 男子 2年生ダブルス 優勝、第3位 女子 2年生ダブルス 第3位						

港区立 港陽中学校 水泳部 令和8年度年度年間活動計画

年間目標	4泳法の習得、記録を伸ばす、など個人の目標を達成する			
部員数 (令和8年4月30日現在)	7年4名 8年4名 9年2名 計10名			
活動日	月、金曜日			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	なし
休養日	活動日以外			
主な活動予定	4月	水泳の練習		
	5月	水泳の練習		
	6月	水泳の練習		
	7月	水泳の練習 港区民水泳競技大会出場		
	8月			
	9月	水泳の練習 東京都中学校学年別競技大会出場		
	10月	水泳の練習		
	11月	水泳の練習		
	12月	水泳の練習		
	1月	水泳の練習		
	2月	水泳の練習		
	3月	水泳の練習		
参加予定大会	港区民水泳競技大会、東京都中学校学年別競技大会			
主な実績	7年度	なし		
	6年度	港区民水泳競技大会 個人入賞		
	5年度	なし		

港区立 港陽中学校 総合芸術部 令和8年度年間活動計画

年間目標	物を作ることを楽しみ、その技能を身につける			
部員数 (令和8年4月30日現在)	7年 2名	8年 3名	9年 4名	計9名
活動日	火曜日、木曜日			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	なし
休養日	月、水、金と休日			
主な活動予定	4月	ガイダンス、ペーパークラフト		
	5月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	6月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	7月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	8月			
	9月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	10月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	11月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	12月	木製品の制作、コンピュータを使った作品制作		
	1月	作品展準備		
	2月	作品展に向けての仕上げ		
	3月	来年度の計画を立てる		
参加予定大会	特になし			
主な実績	7年度	特になし		
	6年度	特になし		
	5年度	特になし		

港区立 港陽中学校 総合文化部 令和8年度年間活動計画

年間目標	① 調理の基本を身につける。 ② 華道の基本を身につける。			
部員数 (令和8年4月30日現在)	7年 1名	8年 6名	9年 4名	計 11名
活動日	毎週木曜日			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	活動なし
休養日	週5日			
主な活動予定	4月	調理、華道		
	5月	調理、華道		
	6月	調理、華道		
	7月	調理、華道		
	8月	調理、華道		
	9月	調理、華道		
	10月	調理、華道		
	11月	調理、華道		
	12月	調理、華道		
	1月	調理、華道		
	2月	調理、華道		
	3月	調理、華道 (卒業式会場装飾用生け花)		
参加予定大会	なし			
主な実績	7年度	なし		
	6年度	なし		
	5年度	なし		