

令和 6 年度 軟式野球部 年間指導計画

目 標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・部活動を通して、心身ともにバランスのとれた人間の育成を図る。</li> <li>・部活動の集団活動の中から、自他の存在を認め合い、共に目標に向かって助け合い、協力し、目標達成の充実感と達成感を共感できる豊かな人間関係を培う。</li> <li>・技術の向上だけではなく、社会の一員として生きていくための、不可欠な忍耐力と努力の大切さをあらゆる部活動の場から学び取り、自己の将来の生活をよりよくするための基盤をつくる。</li> </ul>
-----	---

月	行事等	1年	2年	3年	各期における生徒・顧問の活動概要		
					期	生徒	顧問
4	常陸大宮近郊大会	基礎準備期		完成期	基礎準備期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般体力トレーニング</li> <li>・ルール、練習方法等の学習</li> <li>・基本運動主体の活動</li> <li>・体力養成</li> <li>・試合見学</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・意欲の向上</li> <li>・トレーニング計画立案</li> <li>・練習場所等の確保</li> <li>・リーダーの養成</li> <li>・実態の把握</li> </ul>
5	市内大会						
6	市総合体育大会						
7	中央地区総合体育大会 県総合体育大会 北関東野球大会	基礎鍛錬期		試合期	基礎鍛錬期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習内容等の理解</li> <li>・基本動作の練習</li> <li>・体力トレーニング (量の増加)</li> <li>・大会への参加</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的練習計画の指導</li> <li>・基本的技能の練習計画立案</li> <li>・リーダーの養成</li> </ul>
8	市内大会						
9	市新人体育大会						
10	中央地区新人体育大会 県新人体育大会	基礎鍛錬期		専門鍛錬期	専門準備期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的技能の練習 (部分練習)</li> <li>・専門的トレーニング</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・専門的トレーニング計画立案</li> <li>・練習強度の調整</li> <li>・課題練習計画立案</li> <li>・専門的トレーニング指導</li> <li>・リーダーの指導</li> </ul>
11	東海近郊野球大会						
12							
1		基礎鍛錬期		専門鍛錬期	専門鍛錬期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・専門的技能の練習</li> <li>・冬季総合トレーニング</li> <li>・総合的練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実践的練習計画立案</li> <li>・課題練習指導</li> <li>・リーダー指導</li> </ul>
2							
3							
					完成期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合的練習 (筋力増強的練習)</li> <li>・体力トレーニング</li> <li>・冬季総合トレーニング</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合的練習指導</li> <li>・課題指導</li> <li>・全体活動の総括</li> </ul>
					試合期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合的練習 (筋力増強的練習)</li> <li>・体力トレーニング</li> <li>・冬季総合トレーニング</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合的練習指導</li> <li>・課題指導</li> <li>・全体活動の総括</li> </ul>