

別添 1

令和 7 年度 男子ソフトテニス部 部活動計画									
目 標	・ 体力、技術の向上を目指し、楽しく真剣に運動に取り組む。 ・ ソフトテニスに親しむ資質・能力を育成し、記録の向上を目指す。 ・ ソフトテニス部の一員として、集団的意識の高揚とマナーを育成する。								
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	入学式 仮入部・見学会 市近郊中学校ソフト テニス大会	基礎 準 備 期		完成 期	基礎 準 備 期	一般体力トレーニング ルール、練習法等学習 見学主体の活動 体力養成	意欲の向上 トレーニング計画立案 練習場所等の確保 リーダーの養成 実態の把握		
5	市春季ソフトテニス大会 トライアル研修会								
6	市総体、中央総体								
7	県総体	基礎 鍛 錬 期	専門 準 備 期	試合 期	基礎 鍛 錬 期	練習内容等の理解 基本動作の練習 体力トレーニング (量の増加)	基本的練習計画の指導 基本的技能の練習計画立案 リーダーの養成 専門的トレーニング計画立 案		
8	関東大会 市近郊中学校球 技大会 全国大会 市新人ソフトテニス研 修大会 学校閉庁日								
9	市新人								
10	中央新人 市秋季ソフトテニス大会 県新人	基礎 鍛 錬 期	専門 鍛 錬 期		専門 準 備 期	基本的技能の練習 (部分練習) 専門的トレーニング	練習強度の調整 課題練習計画立案 専門的トレーニング指導 リーダーの指導		
11	県インドアソフトテニス大 会予選								
12	学校閉庁日								
1	冬季選抜大会 市中学生大会 市 1 年生研修会	基礎 鍛 錬 期	専門 鍛 錬 期		専門 鍛 錬 期	専門的技能の練習 専門的トレーニング 総合的練習	戦略的練習計画立案 課題練習指導 リーダーの指導		
2	市選抜ソフトテニス大会								
3	卒業式・修了式 3 年生お別れ試 合								
					完成 期	総合的練習 (戦略的練習)	総合的練習指導 課題指導 全体活動の総括		
					試合 期				