

## 別添1

令和7年度 女子ソフトテニス部 部活動計画						
目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>体力の向上を目指し、楽しく運動に取り組む。</li> <li>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。</li> <li>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の育成を目指す。</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
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	専門準備期	試合期	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
	市春季ソフトテニス大会 トライアル研修会				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)
	市総体				専門準備期	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
	中央総体、県総体				専門鍛錬期	基本的技能の練習 (部分練習) 専門的トレーニング
	関東大会 市夏季中学生大会 全国大会 市新人ソフトテニス研修大会 学校閉庁日				専門鍛錬期	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
	市新人				専門鍛錬期	戦略的練習計画立案 課題練習指導 リーダーの指導
	中央新人 市秋季ソフトテニス大会 県新人				完成期	総合的練習
	学校閉庁日				試合期	総合的練習 (戦略的練習)
	市中学校ソフトテニス大会 冬季選抜大会					総合的練習指導 課題指導 全体活動の総括
	市1年生研修会 市選抜ソフトテニス大会					
3	卒業式・修了式 3年生お別れ会					