

別添1

令和7年度 男子卓球部 部活動計画						
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・卓球を通して体力の向上を目指し、楽しく運動に取り組む。 ・卓球部の一員として、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
4	入学式 仮入部・見学会	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 試合見学
5	入部 江幡杯 市民卓球大会				基礎鍛錬期	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
6	市総体 中央地区総体				基礎鍛錬期	練習内容等の理解 基本的技能の練習（部分練習） 体力トレーニング (量の増加)
7	ジュニア大会 夏休み 県総体				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
8	関東・全国総体 中央カデット				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
9	市新人 県カデット				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
10	中央新人 県新人				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
11	東京選手権予選				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
12					完成期	総合的練習 (戦略的練習)
1	市民卓球大会				試合期	総合的練習指導 課題指導 全体活動の総括
2	市民卓球大会					
3	卒業式 修了式					