

## 別添1

## 令和7年度 水泳部 部活動計画

目標	・全員、県大会標準記録を突破する。
----	-------------------

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	基礎準備期	専門準備期	完成期	基礎準備期	体力向上トレーニング ルール、練習法等学習	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						練習内容等の理解 基本動作の練習 専門的技能の練習 体力向上トレーニング	技能の練習計画立案 リーダーの養成
6	全国大会予選 (地区総体)				専門準備期	基本的技能の練習 専門的技能の練習	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
7	全国大会予選 (県総体) 夏季休業					体力向上トレーニング	
8	全国大会				試合期	体力向上トレーニング	
9	地区新人大会					体力向上トレーニング	
10	県新人大会 各種学校行事				専門準備期	体力向上トレーニング	練習強度の調整 陸上トレーニング計画立案 リーダーの指導
11						体力向上トレーニング	
12	冬季休業 年末	基礎鍛錬期	専門鍛錬期	完成期	専門鍛錬期	体力向上トレーニング	リーダーの指導
1	年始					体力向上トレーニング	体力向上トレーニング
2						体力向上トレーニング	体力向上トレーニング
3	卒業式 春季休業					体力向上トレーニング	体力向上トレーニング