

# 令和5年度 ソフトボール部 年間活動計画

目 標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目標達成に向け、努力を惜しまない姿勢を育てる。</li> <li>・部活動を通して、健全な心身を育てる。</li> <li>・学校生活や今後の生活において、礼儀や秩序を重んずる姿勢を養う。</li> <li>・競技の特性を理解し、納得のいくプレーを行えるよう協力し合う。</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		基礎 準備期	専門 準備期	完成 期	準備 期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般体カトレーニング</li> <li>・ルールの理解（1年）</li> <li>・練習方法等の学習（1年）</li> <li>・基本運動主体の活動</li> <li>・実践技術の習得（2,3年）</li> <li>・試合見学（1年）</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	桜川市長杯					完成 期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・練習内容等の理解（1年）</li> <li>・基本動作の練習（1年）</li> <li>・大会への参加（2,3年）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本練習方法の指導</li> <li>・基本的技能の指導</li> <li>・リーダーの養成</li> </ul>				
6	市総体						試合 期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的技能の習得</li> <li>・専門的トレーニング</li> <li>・大会への参加</li> <li>・新チームの約束、目標づくり</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・専門的技能の指導</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>			
7	中央地区総体 県総体				基礎 鍛錬期			専門 鍛錬期	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>・体カトレーニング</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>	
8	市近郊大会					<ul style="list-style-type: none"> <li>・総合的練習</li> <li>・筋力・心肺機能強化トレーニング</li> <li>・体カトレーニング</li> <li>・冬季総合トレーニング</li> <li>・実践トレーニング</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>					
9	市新人戦											
10	中央地区新人戦 県新人戦											
11												
12	市協会長杯											
1												
2	県オープン大会											
3	市協会長杯											