

令和3年度 卓球部 年間活動計画

| | |
|--------|---|
| 目 標 | <ul style="list-style-type: none"> ・試合で活躍できる選手の育成。 ・スポーツマンシップをもつ選手の育成。 ・奉仕活動に積極的に取り組める選手の育成。 |
|--------|---|

| 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 | 基礎準備期 鍛錬期 ・ 専門準備期 鍛錬期 ・ 完成期 ・ 試合 | <ul style="list-style-type: none"> ・一般体力トレーニング ・ルール、練習方法等学習 (1,2年) ・基本運動主体の活動 (2年) | <ul style="list-style-type: none"> ・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 ・基本的練習計画の指導 | | | |
| 5 | 1日 江幡杯 中止 8日 市民大会 松戸 錬成大会 29女子, 30男子 下館総合 | | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | <ul style="list-style-type: none"> ・体力養成 (1,2年) ・試合見学 (1年) ・基本動作の習得 (3年) | <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技能の練習計画立案 ・戦術練習の計画立案 ・リーダーの養成 |
| 6 | 市総体 17,18日 那珂湊体育館 中央総体 29,30日 大宮西部 | | | | | | | | 基礎鍛錬期 | |
| 7 | 全日本カデット 1次予選 未定 県民総体 22,23日 下館総合 | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | <ul style="list-style-type: none"> ・一般体力トレーニング ・ルール、練習方法等学習 | | | | | |
| 8 | 全日本カデット 未定 | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技能の練習 (部分練習) ・専門的技術の練習 | | |
| 9 | 市連盟杯争奪大会 市新人 22,24日 那珂湊体育館 | | | | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 |
| 10 | 中央新人 6,7日 大宮西部 U-13 選考会 未定 県新人 28,29日 霞ヶ浦 | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | | | | | | |
| 11 | 市民卓球 未定 | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | | | |
| 12 | 市民卓球 未定 | | | | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 |
| 1 | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | | | | | | |
| 2 | | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 | | | |
| 3 | | | | | | | | 基礎鍛錬期 | 専門鍛錬期 | 基礎鍛錬期 |