

平成31年度

水泳競技

部 年間活動計画

校長印

教頭印

年間活動目標

- ・TEAM MIBUとして、一体感を持って水泳に取り組む。(水泳は団体競技)
- ・日頃の生活態度(あいさつ、返事、授業や提出物など)もしっかりできるようにする。
- ・一つ一つのレースで悔いの無い泳ぎができるようにする。

月	活動内容	大会等	指導上の留意点
4月	体力の向上(陸トレ) 栃木市・県南プールでの練習		一年生がプールに慣れられるようにする。
5月	学校のプールでの練習	支部大会 地区春季大会	寒いプールになるので、体調管理を気にかける。
6月	学校のプールでの練習	県春季大会	寒いプールになるので、体調管理を気にかける。
7月	学校のプールでの練習	地区総体大会 県総体大会	熱中症に気をつける。
8月	学校のプールでの練習	関東大会 全国大会	熱中症に気をつける。
9月	学校のプールでの練習	地区新人大会 県新人大会	寒いプールになるので、体調管理を気にかける。
10月	学校のプールでの練習		寒いプールになるので、体調管理を気にかける。
11月	体力の向上(陸トレ) 栃木市・県南プールでの練習		個々の能力に応じて指導を行い、目標が達成できるようにする。
12月	体力の向上(陸トレ) 栃木市・県南プールでの練習		個々の能力に応じて指導を行い、目標が達成できるようにする。
1月	体力の向上(陸トレ) 栃木市・県南プールでの練習	小山市新年大会	個々の能力に応じて指導を行い、目標が達成できるようにする。
2月	体力の向上(陸トレ) 栃木市・県南プールでの練習	小山市強化練習会	個々の能力に応じて指導を行い、目標が達成できるようにする。
3月	体力の向上(陸トレ) 栃木市・県南プールでの練習	小山市強化練習会	プール開きに向けて準備を進める。