# 平成31年度　男子ソフトテニス　部　年間活動計画

| 校長印 | 教頭印 |
|---|---|
| | |

| 年間活動目標 | |
|---|---|
| | **情熱**　挨拶・礼儀・感謝の心　テニスが好き、上手くなりたい |
| | **勇気**　失敗を恐れずチャレンジしていく向上心 |
| | **執念**　我慢強さ　冷静さ　物事の正しい判断、正しい行動 |

| 月 | 活動内容 | 大　会　等 | 指導上の留意点 |
|---|---|---|---|
| 4月 | ゲーム展開の意識<br>グラウンドストローク、ネットプレー<br>ボレー、スマッシュ、前衛・後衛の練習など | 春季支部大会 | 1年生がスムーズに部活動になじめるようにする。 |
| 5月 | | 地区春季大会<br>地区春季強化練習会 | 先輩・後輩の良い関係づくり |
| 6月 | | 県春季大会 | 総体に向けて一致団結させる。 |
| 7月 | | 総体地区大会<br>総体県大会 | 試合の勝ち負けにこだわりすぎない。 |
| 8月 | 新体制の組織づくり<br>基本の確認<br>フォアハンド、バックハンド、スマッシュ、ボレー | 関東大会・全国大会<br>1年生強化練習会<br>支部新人強化練習会、連盟杯 | 熱中症に注意する。<br>新体制となる中で、皆で声をかけあって活動できるよう指導する。 |
| 9月 | ゲーム展開の意識<br>グラウンドストローク、ネットプレー<br>ボレー、スマッシュ、前衛・後衛の練習など | 地区新人大会 | 3年生引退後の新体制がスムーズに機能するよう指導する。 |
| 10月 | | 県新人大会<br>地区新人強化練習会<br>支部1年生大会 | |
| 11月 | | | 活動目標を確認し、練習の意義を十分に理解させる。 |
| 12月 | 基礎体力づくり<br>基本の確認<br>体幹、インターバル走、フォーム確認など | | 短い練習時間で集中できるようにする。 |
| 1月 | ゲーム展開の意識<br>グラウンドストローク、ネットプレー<br>ボレー、スマッシュ、前衛・後衛の練習など | 地区冬季大会 | 個々の体力に応じて、無理のない範囲で体力をつける。 |
| 2月 | | | |
| 3月 | | 海老沼杯 | 春・夏の大会に向けて意識を高めていく |