

令和2年度 【 女子硬式テニス部 】 年間活動計画

顧問	糸山隆介、岡本慶祐		連絡先	Tel	0955-72-4123		
指導の方針	主体的な部活（生徒が練習計画をたてる部活）						
今年度の活動目標	縦のつながりの構築と横のつながりの強化。						
キャプテン	佐藤里奈				1年生	6	名
副キャプテン					2年生	1	名
マネージャー	阿部鈴、小形莉緒、山野邊穂花				3年生	5	名
活動時間	週6日						
練習場所	学校、鎮西庭球場、河畔庭球場						
月	学校行事	大会、合宿等		重点練習内容			
4月	月目標	新入部員の入りやすい雰囲気での部活					
	7：始業式、10：入学式 11～16：体験入部			基礎練習から形式練習			
5月	月目標	ピークを高校総体へもっていくこと					
	15～17：中間考査 23：開校記念鏡山登山	高校総体		調整とレギュラー選考			
6月	月目標	高校総体ベスト8を目指す					
	25～28：期末考査	高校総体		調整と考え方の整理			
7月	月目標	新体制の目標を決め、部活に一体感をつくる					
	11～18：三者面談 19：終業式	夏合宿		経験を積ませる合宿、試合観			
8月	月目標	自分のプレースタイルを知る					
	2：体験入学 26：始業式	学年別大会		自分にあったプレースタイルの構築練習			
9月	月目標	自分のプレーの短所長所を知る					
	1：体育大会	北部総体		形式練習や基礎練習、レギュラー選考			
10月	月目標	自分のプレーの短所を克服する					
	9～11：中間考査	新人戦		基礎練習から形式練習			
11月	月目標	自分のプレーの長所を伸ばす					
	15～16：文化祭 28～12/3：期末考査			基礎練習から形式練習、試合練習			
12月	月目標	試合の中での戦術を学ぶ					
	11/28～3：期末考査 24：終業式	新春予選		ゲーム形式中心の練習			
1月	月目標	個性のあるパターンの構築					
	8：始業式 23～28：3年学年末考査	1年生大会		基礎練習、形式練習			
2月	月目標	自分のパターンを試合で使えるクオリティへ					
	14～19：1、2年学年末考査	新春本選		パターンの反復練習			
3月	月目標	高校総体でのチームの目標を決め、一体感のある部活					
	1：卒業式 24：修了式	選手権予選		基礎練習から形式練習			