

# 男子ソフトテニス部の年間計画



|      |  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
|------|--|----|--------------|----|--------------------|----|----------|----|---------|----|---------------|----|----------------|-----|---------------|-----|--|-----|-----------|----|-----------|----|----------------|----|-------|---|
| 目 標  | <b>【男子ソフトテニス部の年間目標】</b><br>各大会の個人戦・団体戦で、一回戦を突破すること。<br>ソフトテニスの楽しさを身体的に理解すること。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 活動方針 | <b>【男子ソフトテニス部の活動方針】</b><br>中部支部大会や関東予選等の大会に出場する。<br>日々の練習で各人が自分の課題に取り組み、技術を高める。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 年間計画 | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="185 864 248 898">4月</td> <td data-bbox="308 864 639 898">乱打、ストロークの確認。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 954 248 987">5月</td> <td data-bbox="308 954 804 987">ストローク、サーブ&amp;レシーブの練習。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1043 248 1077">6月</td> <td data-bbox="308 1043 523 1077">前衛、後衛練習。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1133 248 1167">7月</td> <td data-bbox="308 1133 496 1167">パターン練習。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1223 248 1256">8月</td> <td data-bbox="308 1223 663 1256">これまでの練習内容の確認。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1312 248 1346">9月</td> <td data-bbox="308 1312 692 1346">新人大会に向けて、実践練習。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1402 248 1435">10月</td> <td data-bbox="308 1402 663 1435">下野杯に向けて、実践練習。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1491 248 1525">11月</td> <td data-bbox="308 1491 663 1525"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1581 248 1615">12月</td> <td data-bbox="308 1581 552 1615">各練習項目の確認。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1671 248 1704">1月</td> <td data-bbox="308 1671 552 1704">各練習項目の確認。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1760 248 1794">2月</td> <td data-bbox="308 1760 692 1794">各練習項目の確認、実践練習。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="185 1850 248 1883">3月</td> <td data-bbox="308 1850 437 1883">実践練習。</td> </tr> </table> | 4月 | 乱打、ストロークの確認。 | 5月 | ストローク、サーブ&レシーブの練習。 | 6月 | 前衛、後衛練習。 | 7月 | パターン練習。 | 8月 | これまでの練習内容の確認。 | 9月 | 新人大会に向けて、実践練習。 | 10月 | 下野杯に向けて、実践練習。 | 11月 |  | 12月 | 各練習項目の確認。 | 1月 | 各練習項目の確認。 | 2月 | 各練習項目の確認、実践練習。 | 3月 | 実践練習。 | <b>部活動紹介</b><br><br>中部支部大会<br>関東予選<br><br>高校総体県予選<br><br><br><br><br>県新人大会<br><br><br><br><br>下野杯 |
| 4月   | 乱打、ストロークの確認。   |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 5月   | ストローク、サーブ&レシーブの練習。   |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 6月   | 前衛、後衛練習。   |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 7月   | パターン練習。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 8月   | これまでの練習内容の確認。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 9月   | 新人大会に向けて、実践練習。   |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 10月  | 下野杯に向けて、実践練習。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 11月  |  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 12月  | 各練習項目の確認。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 1月   | 各練習項目の確認。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 2月   | 各練習項目の確認、実践練習。   |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |
| 3月   | 実践練習。  |    |              |    |                    |    |          |    |         |    |               |    |                |     |               |     |  |     |           |    |           |    |                |    |       |   |