



女子ソフトテニス部の活動方針

目標	【女子ソフトテニス部の年間目標】 ・ソフトテニスを通して、あいさつや礼儀などが当たり前のことをできるようにし、人間的な成長を目指す。 ・日々の練習を大切にし、個人の能力に応じた目標達成を目指す。	
活動方針	【女子ソフトテニス部の活動方針】 ・あいさつの徹底。 ・チームのためにどう動くかという精神を養う。 ・様々な人の協力で活動できていることに感謝し、応援されるチームを目指す。	
年間計画		(練習内容)
4月	・連盟会長杯	1年生 ・ランニング ・素振り ・審判練習 ・サーブ ・ストローク練習
5月		
6月	・宇河地区総合体育大会 ・北部支部大会	2・3年生 ・サーブ (コース練習) ・レシーブ (コース練習)
7月	・県総合体育大会 ・県ソフトテニス連盟杯	〈前衛〉 ・ボレー (基本4コース) ・ローボレー ・スマッシュ (左右)
8月	・宇河地区夏季大会	〈後衛〉 ・ストローク (展開重視) ・ローボレー (緊急回避) ・攻めのロブ、守りのロブ など
9月	・宇河地区新人大会 ・1年生大会北部支部予選	
10月	・県ソフトテニス大会 ・県新人大会	
11月	・県ソフトテニス大会	
12月	・栃木県ソフトテニス連盟杯	
1月		
2月		4月～3月：通常練習・練習試合等
3月		↓

