

# 女子ソフトテニス部 年間指導計画

## 活動目標

- ・強い意志と最後までやりぬく精神力と判断力、体力を身に付けさせる
- ・各自の技能向上を図るとともにチームワークを養う
- ・礼儀を重んじ、将来に行かせる人間形成を図る

月	主な行事	大会等	指導のめあて	活動内容	活動の留意点
4	1学期始業式 入学式 家庭訪問	連盟会長杯	基本確認と技術の習得 新入部員の指導	フットワーク、コントロールの強化 練習試合	役割分担の決定 基本の反復練習
5	家庭訪問 冒険活動教室	宇河地区春季大会	大会に向けての心構え 健康管理	3球目、4球目攻撃 ポイントによる考え方 練習試合	基本から応用の移行 大会参加の意欲を持たせる
6	修学旅行 1学期中間テスト 体育祭 教育相談	県春季大会 宇河南部支部大会	チームワークの指導 弱点の克服	パターン練習 ポイントを意識したゲーム 練習試合	ポイントによる考え方を意識させる
7	総合訪問 教育相談 夏休み前全校集会 三者懇談	地区総体 県総体	総体に向けての総合力の確認 練習を通して精神力を養う	ポイントを意識したゲーム 練習試合	最後の努力をさせる 過去の結果の反省を生かす
8	三者懇談 親子ふれあい除草	県ソフトテニス大会 関東大会 夏季宇河大会	新人チームの目標設定と 意欲付け 基本の徹底	基本ストローク練習 試合のやり方 主将選出 役割分担の決定	新チームの人間関係作り
9	1学期期末テスト 社会体験学習	宇河地区新人大会	大会の心構え 新人戦に向けての試合練習	各ストロークの強化 ゲーム練習 練習試合	試合の方法・審判・心構えの確認
10	1学期終業式 2学期始業式 文化祭 合唱コンクール	県新人大会 宇河南部支部1年生大会	基本技術の習得	各ストロークの強化 ゲーム練習 練習試合	動きの中で基本ができるようにする
11	三者懇談 教育相談 2学期中間テスト 土曜授業(16日)	県1年生大会 県中学生大会	練習試合の参加	基本的なゲームパターン 練習 練習試合	基本的なゲームパターンを習得させる
12	冬休み前全校集会	県中学生大会	基本の徹底 体力作り	バックハンドストロークの強化	短時間で成果が上がるようにする
1	3年学年末テスト 三者懇談		基本の徹底 体力作り 打力の強化	高い打点で打つ練習	短時間で成果が上がるようにする
2	立志スキー教室 1・2年2学期期末テスト 3年生送る会	宇河冬季大会	基本技術の確認 体力作り 打力の強化	高い打点で打つ練習 バックハンドストロークの強化 練習試合	短時間で成果が上がるようにする
3	卒業証書授与式 修了式 離任式		基本技術の確認 体力作り	フットワーク、コントロールの強化 練習試合	新年度への意欲を高めさせる 精神力の向上を考えさせる