【部活動年間指導計画】　№14（　卓 球）部　　R5

活動目標	卓球を通してスポーツに親しみながら、生きる力を身につける。 常に課題を見つけ、練習や試合を通して課題解決方法を探る。		
活動日	月、火、木、金、土（隔週）	休　　日	水、日・各テスト一週間前
活動時間	平日放課後1.5～2時間 休日２時間	活動場所	体育館１Ｆ　多目的ホール
入部条件	経験不問		
入部人数	特になし		
必要経費	部費の徴収	無し　ただし、ユニフォーム代1万円程度・協会登録料1200円/年 その他大会参加費（500～2000円程度）	
	必要な用具	ラケット・シューズ（体育館シューズ可）・ユニフォーム・練習着	
活動内容	（１）　基本練習（ドライブ・ブロック・突っつき・フットワーク） （２）　課題練習（各自で考えて取り組む） （３）　ゲーム練習 （４）　大会・練習試合・講習会への参加		
PR	卓球は運動が得意な人はもちろん、苦手な人でも楽しむことができるスポーツです。身体能力・戦術・技術、どの要素を武器にしても OK です。まじめに、かつ楽しくスポーツをやりたい方におすすめのスポーツです。		

１年間の主な活動予定（試合・大会・遠征・合宿等）

月	活動内容･目標
4	高校総体東部予選ダブルス
5	高校総体東部予選シングルス･学校対抗 高校総体県大会（ダブルス･シングルス･学校対抗）
6	国体県1次予選
7	岳南卓球選手権 富士地区高校卓球選手権
8	富士地区強化練習会 全日本選手権ジュニアの部東部予選大会
9	全日本選手権ジュニアの部県大会（兼東海選手権予選） 新人戦学校対抗東部予選
10	富士市スポーツ祭
11	新人戦学校対抗県大会 新人戦東部予選シングルス
12	東部高校ダブルス選手権大会
1	新人戦シングルスの部県大会
2	東部高校学年別選手権 富士市民卓球大会
3	東部リーグ（団体戦）
昨年度の大会等主な実績	高校総体東部大会･新人戦東部大会･東部学年別選手権出場