令和４年　４月　27 日　提出

# ソフトテニス　部　年間計画

主顧問名　岡田　大樹

## １．公式戦・コンクール・発表会等の予定

| 期　間 | 大会・コンクール・発表会等名 |
|---|---|
| 4 月～5 月 | 大阪高等学校春季大会（個人戦・団体戦） |
| 7 月 | 大阪高校総合体育大会（個人戦） |
| 9 月 | 大阪高等学校新人大会（個人戦） |
| 9 月 | 大阪高校総合体育大会（団体戦） |
| | |

## ２．合宿等の予定

| 期　間 | 場　所 |
|---|---|
| なし | |

## ３．部活動を行わない日（休養日）

| | 予定日数 | 週末の休養日（内数） |
|---|---|---|
| ノークラブデー（原則水曜日） | 35 日 | 5 日 |
| 学校閉庁日（8/12～8/15, 12/29～1/3） | 10 日 | 4 日 |
| 定期考査１週間前～考査期間中 | 65 日 | 22 日 |
| 高校入試に伴う登校禁止期間(3/9～3/19) | 12 日 | 4 日 |
| 学校閉庁日（8/12～8/15, 12/29～1/3） | 10 日 | 4 日 |
| 合　計 | 132 日 | 39 日 |

## ４．自主練習の計画（形態・内容）

・時　　期　：　各定期考査１週間前及び定期考査中（約１時間３０分）

・形態・内容　：　個人の意思で、基礎トレーニング、ラリー、サーブ等の個人練習を行う。