

平成 31 年 1 月 11 日 提出

# 男子硬式テニス 部 年間計画

主顧問名 安福 一貴

## 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）
8 月	大阪高校総合体育大会（個人戦）
9 月	大阪高等学校秋季大会（団体戦）
10 月～11 月	大阪公立高校大会（個人戦・団体戦）

## 2. 合宿等の予定

期 間	場 所
7 月下旬（2 泊 3 日）	兵庫県を予定（平成 30 年度：兵庫県豊岡市）

## 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
定期考査 1 週間前及び定期考査中（最終日・公式戦は除く）	65 日	17 日
お盆・年末年始	13 日	4 日
高校入試に係る登校禁止日	10 日	4 日
校外学習	2 日	0 日
合 計	125 日	30 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。