

令和8年度 大島西中学校 ソフトテニス部年間活動計画

年間目標	1 全ての選手が、自らの目標を設定し、全力で活動することで達成感を味わう。 2 効率よく全員が集中して練習できるよう、部長を中心とした規律ある集団をつくる。 3 団体戦においてベスト8、個人戦において区内ベスト16を目指す。		
活動日 活動時間	平日	月（2面）、火（1面）、木（1面） 16:00～18:00	休日 不定期ですが、土曜日に活動する場合があります。 試合日程は下記参照下さい。
休養日	毎週水、日曜日の週2回、毎月1回の学校全体の休養日を設定します。		
主な 活動予定		活動等	参加予定大会
	4月	仮入部、正式入部、2・3年生公式戦対策練習	江東区春季大会 4/18, 4/25
	5月	1年生基礎練習、審判技能習得	
	6月	3年生引退 新チーム練習開始	江東区夏季大会 6/14, 6/20
	7月	通常練習、サーブ練習	夏7月4-5週、8月4週活動予定
	8月	通常練習 7月4・5週、8月4週の月火木活動予定	江東区シード権 8/22, 8/29
	9月	公式戦対策練習	江東区秋季大会 9/12, 9/19
	10月	通常練習	
	11月	1年生試合対策練習	江東区1年生大会 11/28, 12/5
	12月	通常練習	
	1月	2年生試合対策練習	江東区冬季大会 1/9, 1/16
	2月	フットワーク練習、足腰強化練習	
	3月	3年生送別会、春季大会対策練習	