

令和3年度 広島市立沼田高等学校 テニス部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

テニスを通じた人間形成を目的とし、競技力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性等を育成する。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の発展や成長に貢献する。

2 部員数

1年		2年		3年		合計		
男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	計
6	5	10	10	3	5	19	20	39

3 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 (男子)毎週 水曜日 (女子)毎週 木曜日

【 週 末 】 毎週、土曜日または日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】 午前の場合は 9：00～12：00

午後の場合は13：00～16：00 (夏季は15：00～18：00)

(3) その他

○ 大会等で週末の休養日が取れなかった場合は、別に休養日を設定する。

4 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	●広島県高等学校総合体育大会テニス競技(個人の部) 広島地区予選大会	オリエンテーション
5月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	●広島県高等学校総合体育大会テニス競技(団体・個人)	
6月	○ 課題別練習 ○ ダブルス練習 ○ 実践練習	●広島県高等学校総合体育大会テニス競技(個人)	
7月	○ 課題別練習 ○ ダブルス練習 ○ 実践練習		
8月	○ 課題別練習 ○ ダブルス練習 ○ 実践練習	●広島市夏季高等学校テニス選手権大会 ●広島県高等学校テニス新人大会広島地区予選(個人戦)	
9月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	●広島県高等学校テニス新人大会(個人戦)	
10月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	●広島県高等学校テニス新人大会(団体戦)	
11月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	●広島県高等学校テニス新人大会(団体戦)	
12月	○ 課題別練習 ○ ダブルス練習 ○ 実践練習	●広島県高等学校テニス選手権大会広島地区予選	
1月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習	●広島県高等学校テニス選手権大会	
2月	○ 基本(反復)練習 ○ ダブルス練習 ○ 個別課題練習		
3月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	●高校生テニス練成会 ●広島市春季高等学校テニス選手権大会	