【年間活動計画】〔　女子ソフトテニス〕　部

◇　年間目標

ソフトテニスを通しての人間形成
～気配り・目配りのできる素敵な女性を目指して～

◇　活動日と活動場所

【活 動 日】　週５日

【休 養 日】　毎週 水曜日 と 日曜日（長期休業中などの計画は別途。その他、活動方針に準ずる。）

【活動時間】　（平日）　２時間　程度　　（休日）　３時間　程度

※特例措置　県総体及び県新人前はハイシーズン扱いとする。また、休日に校外で練習試合などを行う場合は時間延長もあり得る（ただし、その際は平日の休業日を増やすなどの対応を行うものとする）。

【活動場所】　東西キャンパステニスコート

◇　大会などの主な記録

令和５年度	令和６年度	令和７年度
	県新人大会団体 ベスト16	

◇　今年度の参加予定大会

仙塩地区公立高校大会
宮城県春季大会(国スポ予選会)
高校総体仙塩地区予選会
高校総体
宮城県高校夏季大会
新人大会仙塩地区予選会
県新人大会

◇　年間（月別）活動計画

４月	５月	６月	７月	８月	９月
休養予定数７日	休養予定数９日	休養予定数１８日	休養予定数９日	休養予定数１１日	休養予定数２０日
高校総体予選会に向けた練習	高校総体団体戦に向けた戦術練習	新チームでの組織づくり	夏季大会に向けての応用練習	夏休みを利用し各自の課題克服練習	新人大会予選会に向けた戦術練習
１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
休養予定数８日	休養予定数１９日	休養予定数１１日	休養予定数１２日	休養予定数１８日	休養予定数９日
新人大会予選会に向けた戦術確認練習	チームの目標を再確認し個別の課題を克服する練習	各自の課題に対しての反復練習	体育館等での基本反復練習	体育館等での基本反復練習	コートづくりと基本反復練習