

令和3年度

# 女子ソフトテニス部

年間活動計画

## 活動目標

「美・礼・時」の意識と、「心・技・体・術」の強化。  
 「美」・・・環境を整える。物を大切に使う。荷物を丁寧に置く。 等  
 「礼」・・・あいさつ。敬語。健全な上下関係。コートへの感謝。 等  
 「時」・・・時間を守る。時間を大切にする。切磋琢磨の時間を共有する。 等  
 「心」・・・精神的に強くなる。勝ちたい。強くなりたい。みんなで勝ち上がりたい気持ち。 等  
 「技」・・・技術。技能。ボールコントロール。 等  
 「体」・・・身体。筋力。瞬発力。持久力。食事。睡眠。ストレスとのつきあい方。 等  
 「術」・・・戦術。作戦。相手を見て、何が弱いのかを探り、試行錯誤しながら勝つ。 等

勝つことを目指していますが、部活動で一番大切なのは、「安心安全」に活動をすることです。ケガなく、人間関係も良好に行います。その指導もしてまいります。

月	活動内容および大会等	場所	月	活動内容および大会等	場所
4月	宇部市中学校春季体育大会	宇部市	10月	宇部市中学校新人体育大会	宇部市
5月	近郷中学校ソフトテニス大会（カタバミ杯） 山口県中学校春季体育大会【西部】	宇部市	11月		
6月	山口県中学校ソフトテニス選手権大会宇部地区予選会 山口県U-14ソフトテニスシングルス大会	宇部市	12月	宇部市学年別ソフトテニス大会	宇部市
7月			1月	その他対外の練習試合を組む予定	
8月	宇部市中学校秋季体育大会	宇部市	2月		
9月			3月		

## 準備物・必要経費等

- ・ソフトテニスラケット、テニスシューズ持参。
- ・練習時の服装は体操服、部活Tシャツ、部で認めたウオームアップです。
- ・その他、試合用ユニフォームは揃えて購入します。