

令和4年度鳥取県立鳥取湖陵高等学校テニス部年間活動計画

部員数	男子 3名 女子 1名 合計 4名
顧問氏名	山本 直 横山 修二 高木 利郎 (外部指導者)
活動日	月、水、木、金、土
休養日	日
活動時間	(平日) 月・水・木・金・・・2時間 (休日) 土・・・・・・・・・・3時間 (9:00～12:00 または 13:00～16:00)
活動場所	校内テニスコート、布勢テニスコート (ヤマタスポーツパーク)

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる
------	--

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4 月	○県選手権東中部地区予選 ○県選手権兼中国大会1次予選		基礎練習、実戦練習
5 月	○県高校総体		基礎練習、実戦練習
6 月	○中国高校テニス選手権 ○国体予選		基礎練習、実戦練習
7 月			基礎練習、実戦練習
8 月			基礎練習、実戦練習
9 月	○新人戦東中部地区予選		基礎練習、実戦練習
10 月	○新人戦個人の部中国新人テニス大会県予選 ○新人戦団体の部兼全国選抜中国大会県予選		基礎練習、実戦練習
11 月	○全国選抜高校テニス大会中国地区大会 (団体) ○中国高校新人テニス大会 (個人)		基礎練習、実戦練習
12 月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
1 月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
2 月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
3 月			基礎練習、実戦練習

備考
