

令和7年度 美野里中学校男子卓球部年間活動計画

月	主な大会行事	1年の主な活動	2年の主な活動	3年の主な活動
4月	江幡杯（団体戦） しろさとスポーツフェス 中学卓球大会（団体戦） ＊体育祭のため不参加	基礎準備期	専門準備期	完成期
5月		礼儀作法と基本動作 ・素振り ・打球練習	先輩としての心構えや高度な動作の取得 総体に向けた意識の向上 ・基本練習 ・応用練習 ・試合練習	自分の技の完成 ・基本練習 ・自由に課題追求 ・試合練習
6月	19日、20日東茨城地区総合体育大会 （トヨペットエンジョイパーク大洗）	基礎鍛錬期①		試合期
7月	中央地区総合体育大会 （大宮西部体育館） 全日本卓球選手権ジュニアの部中央地区1次予選会 （大宮西部体育館） 県総合体育大会 （下館ザ・ヒルズ・シティ体育館）	基本動作と体力向上 ・素振り ・打球練習 ・サーブ練習 ・スマッシュ練習 ・フットワーク	専門鍛錬期① 基本練習と応用練習 ・基本練習 ・三球目攻撃 ・場面練習	総体に向けてモチベーションを高める。 ・基本練習 ・試合練習
8月	カデット中央地区予選会	基礎鍛錬期②	専門鍛錬期②	
9月	東茨城地区新人体育大会 （トヨペットエンジョイパーク大洗）	基本動作と体力向上 ・素振り ・基本打ち ・打球練習 ・回転習得 ・フットワーク ・ローテーション	基本練習と実践練習 ・基本練習 ・場面練習 ・ラリー練習 ・ローテーション ・ゲーム（ワンセット） ・ランキング戦 シングル OR ダブルス	
10月	中央地区新人体育大会 （大宮西部体育館） ひたちなか市近郊大会 （団体戦） 中央地区U13団体戦 県新人体育大会			
2月	岩間小・中学生卓球大会			
3月	常陸大宮市近郊大会			
目 標	卓球部の活動を通して自主・自立の精神を育てるとともに、生涯スポーツに寄与する。			