

令和7年度

亀山中学校ソフトテニス部活動方針・活動計画書

顧問名 山本啓介・三根清子・横山純平・水越美帆

1 活動方針

- (1) ソフトテニス部の活動を通して、仲間を大切にし、相手を思いやる心を養い、仲間とともに、最後までやりとげる楽しさを味わう。
- (2) ソフトテニス部の活動を通して、礼儀や正しい判断をして自ら行動する力を養う。
- (3) ソフトテニスのストロークやボレー、スマッシュ、サーブ、レシーブなどの基礎技術を身につける。
- (4) ソフトテニス部の活動はチーム、保護者、学校など様々な人の協力により成り立っていることに気づき、感謝の気持ちをもつ。

2 部員数（5月12日現在）

女子	3年生	10名	2年生	11名	1年生	15名	計36名
男子	3年生	8名	2年生	10名	1年生	10名	計28名

3 活動内容

練習はストロークやボレー、スマッシュ、サーブ、レシーブなどの基礎練習、ゲーム展開やミニゲームなどの応用練習を行う。

休日は日頃の練習の成果を確認するための練習試合、他校の良いところを学ぶための合同練習、中体連や協会主催の公式試合に参加することもある。

4 活動時間や休養日

(1) 活動時間

①平日放課後 放課後～17:30（第一学期はじめ～おわり）

17:15（第二学期はじめ～10月下旬・3月）

16:45（10月下旬～11月下旬、2月～2月下旬）

16:30（11月下旬～1月）

②休日（長期休業中を含む）

午前練習の場合 8:00～11:00

午後練習の場合 13:00～16:00

※大会や練習試合によって1日活動する場合がある。

(2) 休養日

- ・生徒の疲労と大会や練習試合の日程を踏まえ、土曜日あるいは日曜日に休養日を設定し、水曜日は休養日とする。
- ・原則始業前練習は行わないものとする。

5 活動計画（※部活動における主な行事を記入すること）

月	内 容
4	亀山市春季大会
5	三重県中学生学校対抗ソフトテニス大会
6	三重県中学生ソフトテニス大会
7	鈴亀地区中体連総合体育大会
8	三重県・東海・全国中体連総合体育大会
9	亀山市新人大会
10	鈴亀地区中体連新人大会・三重県新人選手権大会
11	亀山市シングルス大会
12	三重県中学生選抜ソフトテニスインドア大会
1	三重県ジュニアソフトテニスシングルス選手権・ヨネックス杯
2	美し国三重 支部代表対抗戦
3	