

令和7年度

亀山中学校卓球部活動方針・活動計画書

顧問名 岡崎 こころ 池田 琴美 坂元聡子

1 活動方針

- (1) 卓球のサーブ、レシーブ、フォア打ち、バック打ち、ツッツキなどの基礎技術を身につける。
- (2) 卓球を通して、ルールやマナーを守ることや挨拶、礼儀などの基本的なことができるようになる。
- (3) 卓球を通して、仲間を尊重し、相手を思いやる心を養い、仲間と共に物事をやり遂げる楽しさを味わう。
- (4) 卓球を通して、自分を振り返ったり、見つめ直したりすることで、自分の長所、短所を見つけ、将来の進路を考えるきっかけにする。

2 部員数(4月28日現在)

3年生(男子7名、女子10名)、2年生(男子17名、女子4名)、1年生(男子3名)

3 活動内容

練習は基礎練習を中心にリーグ戦やミニゲーム等、実践的な練習も行う。また、中体連や協会主催の公式試合にも参加。

4 活動時間や休養日

(1) 活動時間

①始業前 活動なし

②平日(基本的に火曜日、木曜日)放課後

第一学期はじめ ～ おわり 17:30

第二学期はじめ ～ 10月下旬(文化祭まで) 17:15

10月下旬 ～ 11月下旬(テスト前) 16:45

11月下旬 ～ 1月末日 16:30

2月 ～ 2月末日 16:45

3月 ～ 3月末日 17:15

③休日(長期休業中を含む)

午前練習の場合 9:00～12:00、午後練習の場合 13:00～16:00

(2) 休養日

- ・毎週土曜日あるいは日曜日のどちらか1日は休養日とする。
- ・毎週月・水・金曜日の放課後を休養日とする。
- ・長期休業中においては、他の体育館部活との兼ね合いもあるが、大会前以外の平日は週3日程度で土日は休養日とする。

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	
5	安部杯団体・個人
6	中体連夏季大会(地区)
7	中体連夏季大会(県)
8	
9	鈴鹿市卓球協会新人大会 2 年
10	中体連新人大会
11	鈴鹿市卓球協会新人大会 1 年
12	
1	
2	鈴鹿市卓球協会杯
3	中勢大会