

## 亀山中学校ソフトボール部活動方針・活動計画書

顧問：桐生康平、草深渚

### 1 活動方針

- (1) ソフトボールを仲間とプレーするのに必要な人間力をつける。具体的に挨拶や言葉の受け答え、その他周りの状況を把握したうえでの行動、様々なことに対する感謝の気持ちなど。
- (2) ソフトボールに必要な精神力を日常生活から身につける。具体的には逆行に負けない我慢強さや押し返す力、1球に対する集中力、継続してやり続ける力など。
- (3) ソフトボールに必要な技術を身につける。具体的にはキャッチボール、ゴロとり、フライとり、スイング、走塁などの基本的な技術を徹底して身につける。

### 2 部員数（5月7日現在）

3年生6名 2年生5名 1年生5名 計16名

### 3 活動内容

練習はキャッチボール、ゴロとり、Tバッティングなど基礎練習、ノックや走塁などフィールドを使った実戦練習、その他マシンを使ってのバッティング練習など。休日は日頃の練習の成果を確認するための練習試合、中体連や協会主催の公式試合に参加する。

### 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（4月～9月中旬）  
17:15（9月中旬～10月下旬、3月）  
16:45（10月下旬～11月下旬、2月）  
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

※大会や練習試合などの場合は一日活動する場合がある。

#### (2) 休養日

- ・原則、毎週土曜日あるいは日曜日のどちらか1日と毎週水曜日は休養日とする。
- ・長期休業中においては、お盆前後、年末年始に休業日を設ける。

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	一斉ミーティング 亀山地区代表決定戦
5	ソフトボール部保護者会
6	県大会
7	中体連総合体育大会（夏季大会）
8	
9	
10	中体連新人戦 亀山地区代表決定戦（中体連主催）
11	県大会
12	
1	
2	
3	