

2024年度（ソフトテニス）部の指導方針について

2024年4月作成

1 指導体制

顧問 2名
外部コーチ 1名

2 年間目標

・各種大会に出場し、上位入賞を目指す。
高校は、高体連大会で、団体ベスト16、個人ベスト64以上を目指す。
中学は、中体連大会において個人・団体とも都大会出場以上を目指す。

3 指導方針

・部員みんな仲良く、そして自分に厳しくしながら日々努力し、ソフトテニスの上達を目指す。
・ソフトテニスの活動を通じながら、技術・肉体・精神に磨きを掛け、人間的にも成長させていく。

4 指導内容・方法

・それぞれの大会において、目標を達成するための練習、トレーニングを実施する。
・必要に応じて練習試合を行い、トレーニングの成果を確認していく。

5 主な年間計画

1 学期	4 5 8 月	【高校】 高体連 関東大会予選／個人戦出場(4月21日) 高体連 関東大会予選／団体戦出場(5月3日) 高体連 インターハイ予選／個人戦出場(5月12日) 高体連 国体選考会出場(7月15日) 夏期合宿(8/3~8/7) 新潟:湯沢 高体連 城西地区大会出場(8月10日) 私学夏期選手権大会／個人戦・団体戦出場(8月12日) 高体連 新人大会出場(8月20日) 第9支部大会出場(8月25日) ・大会で成果を上げるための練習及び練習試合	【中学】 6月9,16日, 中野区総合体育大会兼夏季選手権大会(個人・団体) 夏期合宿(8/3~8/7) 新潟:湯沢 8月15日~8月17日 第63回 東京私立中学校選手権大会(個人・団体) 8月22日 中野区中学1,2年生ソフトテニス大会(新人シード権選抜) 8月24日 第9支部大会(団体) ・大会で成果を上げるための練習及び練習試合
2 学期	9 1 2 月	【高校】 中野区連盟春季大会出場(9月23日) 高体連 普及研修大会出場(9月8日) 高体連 新進大会出場(10月20,27日) 私学新人大会出場(11月17日) 高体連 東京インドア大会予選出場(11月23日) ・大会で成果を上げるための練習及び練習試合	【中学】 9月1,23日 中野区新人大会(個人・団体) 11月23,24日 第40回東京私立中学校新人選手権大会 12月26日予定 冬季研修大会(個人) ・大会で成果を上げるための練習及び練習試合
3 学期	1 3 月	【高校】 中野区連盟インドア大会出場(1月13日) 若獅子杯(東京学芸大学研修大会)(3月23日) ・大会で成果を上げるための練習及び練習試合	【中学】 2月11日 冬季研修大会(団体) 3月20日予定 1年生研修大会 ・大会で成果を上げるための練習及び練習試合