別紙2 【活動計画】〔　　卓球部　　〕部

◇ 年間目標

① 限られた時間を有効利用し、学習活動・部活動の両立を目指す。
② 部員同士が尊重、協力し技術の向上、試合に勝つ力を養う。

◇ 部員数

	男子	女子	合計
1年	2	0	2
2年	0	0	0
3年	4	0	4
4年			
合計	6	0	6

◇ 顧問名・部活動指導員名

藤岡　純也
松本　憲典
真佐　宣勝

◇ 活動日と活動場所

【活動日】　週 4 日
【休養日】　毎週 木 曜日 と 土 曜日
【活動時間】
（平日） 15:30 ～ 17:30
（週休日等）3 時間
【活動場所】ギャラリー、剣道場

◇ 大会等の主な記録

令和 4 年度	令和 5 年度	令和 6 年度
関東予選男子 シングルスベスト32	無し	無し

◇ 今年度の参加予定大会

〇関東大会予選シングルス　（5 月 3 日）
〇インターハイ予選シングルス　（6 月 8 日）
〇多摩地区大会団体・
シングルス（7 月 23～25 日） 他

◇ 年間（月別）活動計画

4月	5月	6月	7月	8月	9月
（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日
基礎体力作り 基礎練習（フォア、バック、ツッツキ、サーブ、フットワーク）	基礎体力作り 基礎練習（フォア、バック、ツッツキ、サーブ、フットワーク）	基礎体力作り 基礎練習（フォア、バック、ツッツキ、サーブ、フットワーク）	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習

10月	11月	12月	1月	2月	3月
（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日	（週休日の活動日数）2 日
筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習	筋力トレーニング 基礎練習 特別練習 ゲーム練習