

## 令和8年度 卓球部 年間活動計画

部員数	男子 4名    女子 4名    計8名
顧問	貝森 蓮    加藤義仁    田中祐子

方針・目標	方針： 日々の練習の積み重ねで、集中力、体力を養い、良き人間関係の構築及び生涯楽しめるスポーツとしての技術の向上を目指す。 目標： 健康の保持増進と社会性の向上。	
活動日	午前部：月、火、金 午後部・夜間部：月、火、木、金	
休養日	水、日	
活動時間	午前部：50分程度（12：10～13：00） 午後部・夜間部：40分程度（16：45～17：25） 夜間の体育授業がない場合18時まで	
活動場所	本校体育館	
今年度の参加予定大会	6月 8月	県高等学校定時制通信制総合体育大会卓球競技（青森市） 全国高等学校定時制通信制体育大会卓球大会（東京都）

4月	5月	6月	7月
活動内容	活動内容	活動内容	活動内容
基礎練習	基礎練習	基礎練習	基礎練習
	実戦練習	実戦練習	実戦練習
8月	9月	10月	11月
活動内容	活動内容	活動内容	活動内容
基礎練習	基礎練習	基礎練習	基礎練習
実戦練習	実戦練習	実戦練習	実戦練習
12月	1月	2月	3月
活動内容	活動内容	活動内容	活動内容
基礎練習	基礎練習	基礎練習	基礎練習
実戦練習	実戦練習	実戦練習	実戦練習
特記事項			