

男子バドミントン 部年間活動計画

顧問名

福澤 麻里菜
小池 未希

活動目標	<ul style="list-style-type: none"> ・はっきりとした声で、あいさつと返事を行う。 ・準備や片付けに素早く協調性を持って取り組むと共に、向上心を持って練習に励む。 ・技術の向上を実践し、力を合わせ競技に臨む心を育てる。 											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	活動場所: 体育館 校庭 校舎内 (雨天またはミーティング時) ・練習内容 準備運動 ステップワーク ダッシュ 基礎打ち ノック 試合等実践練習 ストレッチ 体幹トレーニング ミーティング 審判講習 活動の振り返り等 初心者向け基礎練習・				活動場所: 体育館 校庭 校舎内 (雨天またはミーティング時) ・練習内容 準備運動 ステップワーク ダッシュ 基礎打ち ノック 試合等実践練習 ストレッチ 体幹トレーニング ミーティング 講義 活動の振り返り等				活動場所: 体育館 校庭 校舎内 (雨天またはミーティング時) ・練習内容 準備運動 ステップワーク ダッシュ 基礎打ち ノック 試合等実践練習 ストレッチ 体幹トレーニング ミーティング 講義 活動の振り返り等			
休養日 オフシーズン	平日: 週1日OFF 週末: 土日どちらかはOFF ※大会や練習試合等で土日に活動した際は、平日2日を休養日とする。				平日: 週1日OFF 週末: 土日どちらかはOFF ※大会や練習試合等で土日に活動した際は、平日2日を休養日とする。				平日: 週1日OFF 週末: 土日どちらかはOFF ※大会や練習試合等で土日に活動した際は、平日2日を休養日とする。			
参加予定大会 日程等	5月 市内中学生大会 6月 学校総合体育大会 7月 学校総合県大会				10月 新人体育大会 12月 会長杯ダブルス大会				1月 会長杯シングルス大会			
備考	コロナ対策として、体育館上下窓の開放を常に行い休憩時の手洗い・うがいを徹底させる。 また、活動中のマスクは適宜外す。											