

令和5年度 部活動年間計画

愛媛県立南宇和高等学校

部名 卓球 部 顧問 上野 達也 印
坪田 結羽

月	公式戦	活動内容・ねらい	主な練習場所	遠征・合宿計画等
4	総合体育大会 南予地区予選	基礎練習・実践練習 →実践力を鍛える	卓球場	愛媛県内での練習試合
5	幡西卓球大会	基礎練習・実践練習 →実践力を鍛える	卓球場	愛媛県内での練習試合
6	愛媛県総合 体育大会	基礎練習・実践練習 →実践力を鍛える	卓球場	愛媛県内での練習試合
7	選手権 地区予選	個人課題練習 →個人技術を磨き、各自の 武器を作る	卓球場	愛媛県内での練習試合
8	なし	個人課題練習 →個人技術を磨き、各自の 武器を作る	卓球場	愛媛県内での練習試合
9	選手権県大会	個人課題練習 →個人技術を磨き、各自の 武器を作る	卓球場	愛媛県内での練習試合
10	新人大会 南予地区予選	実践練習 →試合を重ね、経験値を積 む	卓球場	愛媛県内での練習試合
11	新人県大会	実践練習 →試合を重ね、経験値を積 む	卓球場	愛媛県内での練習試合
12	県選抜団体	実践練習 →試合を重ね、経験値を積 む	卓球場	愛媛県内での練習試合
1	県選抜個人 強化合宿	個別課題練習・体力作り →個人技術の強化	卓球場	愛媛県内での練習試合
2	なし	個別課題練習・体力作り →個人技術の強化	卓球場	愛媛県内での練習試合
3	なし	個別課題練習・体力作り →個人技術の強化	卓球場	愛媛県内での練習試合