

部活動年間指導計画

小美玉市立小川北義務教育学校

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
行事	進級式 部活動集会	東茨城地区陸上	中央陸上 東茨城地区総体 通信陸上	中央地区総体 県総体陸上 県総体	関東大会 全国大会	東茨城地区新人大会 体育祭	県新人陸上 中央地区新人大会 中央地区駅伝大会	県新人大会	県駅伝大会			卒業式
野球	基本練習（マシンバッティング、ノック）、 内外野連携練習、攻撃練習（スクイズ等）			基本練習（キャッチボール、ゴロとり） Kカップ（8月） 大洗町近郊野球大会（8月）			基本練習（挟殺プレー、ティー バッティング、バント） 城里スポーツフェス（11月）	体力作り（ラダー、短距離走、 長距離走、ベースランニング、 筋力トレーニング）	基本練習（ノック、ハーフバッ ティング）、実戦練習（ケース バッティング等） 小美玉市駅伝（2月）			
サッカー	基本練習（ボールコントロール、視るなど） 戦術練習・フォーメーション練習 小美玉フェスティバル（5月）			基本練習(パス&コントロール) 新チームづくり			基本練習（シュート、ボールポ ゼッションなど）・グループ練 習・ミニゲーム 笠間市近郊 サッカー大会	体力作り（ラントレーニング） ライオンズ杯（12月）小美玉 市近郊大会	基本練習、小美玉市駅伝（2 月）、銚田市近郊大会（2月） 、茨城町大会（3月）			
ソフト テニス （女）	基本練習（乱打、前衛練習、後衛練習） 石岡大会団体戦（5月）			基本練習（乱打・サーブ・レシーブ） シード決め大会（8月）			基本練習(前衛・後衛)、ゲ-ム練 習 石岡大会個人戦(10月) 小美玉市民ソフトテニス大会 (11月)	体力作り クリスマス研修大会（12月）	基本練習（乱打）ゲーム練習 小美玉市駅伝（2月） 茨城町近郊大会（3月）			
バレー ボール	練習試合を通じた実践練習	総体期間 実践練習			基礎体力づくり 基本技術習得	新人戦期間 レシーブ・ パス習得	レシーブ・パス強化 練習試合・各種大会	各種大会 ブロックスパイク強化				
卓球 （男）	基本練習（フォア、バック、ツッツキ） 試合形式の練習、城里大会（5月）			基本練習の強化 新チームづくり、 カデット大会（8月）			ドライブの練習、強化 試合形式の練習	体力づくり サーブの強化	基本練習 サーブから3球目の攻撃の練習 13歳以下強化練習会（2月） 常陸大宮近郊大会（3月）			
吹奏楽部	基礎練習(ロングトーン、スケール、リップスラ-) 新入生歓迎会入退場（4月） 総体壮行会入退場（6月）吹奏楽コンクール(7月)			基礎練習・新チームづくり			基礎練習(全調スケールコ-ル)・ 北創祭 アンサンブルコンテスト（11月）	基礎練習(24拍 ロングト-ン) クリスマスコンサート(12 月)	基礎練習 次年度コンクールの部門決め・選曲			
学芸部	総体に向けた 応援旗作成 作品コンクールへの出品			夏の公募展用作品完成			小美玉市文化祭に向けて 作品制作	展覧会・作品コンクール等への出品				
特設陸 上・駅伝	各部活動でのトレーニング	中央地区・県大会に向けた練習 種目練習			各部活動でのト レーニング	中央・県駅伝に向けての練習 ジョグ、20分走、ペース走、タイム トライアル、試走	各部活動でのトレーニング					