

年間活動計画

橋本 高等学校

野 球 部 部

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
大会予定	<small>・春季近畿地区高校野球和歌山選手権</small>	<ul style="list-style-type: none"> ・兵庫遠征 ・近畿大会 		<ul style="list-style-type: none"> ・選手権和歌山大会 	<ul style="list-style-type: none"> ・県新人大会 	<small>・近畿地区高校野球和歌山選手権</small>		<ul style="list-style-type: none"> ・近畿大会 	<ul style="list-style-type: none"> ・神宮大会 ・OB戦 			<ul style="list-style-type: none"> ・練習試合解禁
練習計画等	新入部員基礎練習 上級生応用練習 実践練習 練習試合	<ul style="list-style-type: none"> ・県外遠征 ・県内練習試合 	◎大会を見据えた強化練習 ・モチベーションアップ ・チームワーク強化 ・応用プレーの確認、活用 ・体調管理 身体のケア		◎新チームづくり ・新チーム目標設定 ・基礎体力づくり（筋力、柔軟性、体幹） ・基本プレーの習得 ・練習試合・県外練習試合				・走り込みや筋トレを中心にパワーアップ等を図る。 ・休養日を日曜に設定し、身体のケアを徹底		◎春季大会に向けて ・基本プレーの確認、活用 ・応用プレーの習得	
	鍛 練 期		試合・調整期		新チームへの移行期			試合・調整期		トレーニング期		準備期
学校行事等	<ul style="list-style-type: none"> ・始業式 ・保護者会 ・入学式 	<ul style="list-style-type: none"> ・1学期中間考査 	<ul style="list-style-type: none"> ・校内バレーボール大会 ・文化祭 	<ul style="list-style-type: none"> ・1学期末考査 ・終業式 	<ul style="list-style-type: none"> ・始業式 ・体育祭 	<ul style="list-style-type: none"> ・2学期中間考査 		<ul style="list-style-type: none"> ・2学期末考査 	<ul style="list-style-type: none"> ・終業式 ・始業式 	<ul style="list-style-type: none"> ・金剛山耐寒登山 	<ul style="list-style-type: none"> ・学年末考査 	<ul style="list-style-type: none"> ・卒業式 ・終業式