

## 別添1

## 令和7年度 男子バレー部活動計画

| 目標 | 各期における生徒・顧問の活動概要          |       |       |     |  |  |
|----|---------------------------|-------|-------|-----|--|--|
|    | 期                         | 生徒    | 顧問    | 年   | 年  |  |
| 月  | 行事等                       | 1年    | 2年    | 3年  |  |  |
| 4  | 入学式<br>仮入部・見学会<br>県オープン大会 | 基礎準備期 | 完成期   | 試合期 | 一般体力トレーニング<br>ルール、練習法等学習<br>見学主体の活動<br>体力養成            |  |
| 5  | 体育祭<br>春季大会               |       |       |     | 意欲の向上<br>トレーニング計画立案<br>リーダーの養成<br>実態の把握                |  |
| 6  | 市総体<br>中央総体               |       | 基礎鍛錬期 |     | 練習内容等の理解<br>基本動作の練習<br>体力トレーニング<br>大会への参加              |  |
| 7  | 県総体                       |       |       |     | 基本的練習計画の指導<br>基本的技能の練習計画立案<br>リーダーの養成<br>専門的トレーニング計画立案 |  |
| 8  | 夏季休業<br>夏季大会              |       |       |     | 基本的技能の練習<br>(部分練習)<br>専門的トレーニング<br>体力トレーニング            |  |
| 9  | 市新人戦                      |       |       |     | 練習強度の調整<br>課題練習計画立案<br>専門的トレーニング指導<br>リーダーの指導          |  |
| 10 | 中央新人<br>県新人               |       | 専門鍛錬期 |     | 戦略的練習計画立案<br>課題練習指導<br>リーダーの指導                         |  |
| 11 | 飛翔杯                       |       |       |     | 専門的技能の練習<br>専門的トレーニング<br>体力トレーニング<br>総合的練習             |  |
| 12 | 冬季休業<br>ひたちなか近郊大会<br>年末   |       |       |     | 総合的練習<br>(戦略的練習)<br>大会への参加                             |  |
| 1  | 年始                        |       | 完成期   |     | 総合的練習指導<br>課題指導<br>全体活動の総括                             |  |
| 2  | 鉢田近郊                      |       |       |     |  |  |
| 3  | 卒業式<br>勝田カップ<br>春季休業      |       |       |     |  |  |