

令和5年度 女子バレーボール部 部 活 動 計 画

目標	<ul style="list-style-type: none"> ・日々練習できることへの感謝や、他者への礼儀を重んじる態度を養う ・自らの課題を把握し、乗り越えていく精神力を養う ・チームとしての成長を目指し、一人一人の技能を高める 						
月	行事等	1年	2年	3年	各期における生徒・顧問の活動概要		
					期	生徒	顧問
4	入学式 仮入部・見学会 県オープン大会	基礎準備期		完成期	基礎準備期	一般体力トレーニング ルール、練習法等学習 見学主体の活動 体力養成	意欲の向上 トレーニング計画立案 練習場所等の確保 リーダーの養成 実態の把握
5	体育祭 春季大会						
6	市総体 中央総体						
7	県総体	基礎鍛錬期		試合期	基礎鍛錬期	練習内容等の理解 基本動作の練習 体力トレーニング (量の増加)	基本的練習計画の指導 基本的技能の練習計画立案 リーダーの養成 専門的トレーニング計画立案
8	夏季休業 ひたちなか近郊大会						
9	市新人戦						
10	中央新人 県新人	基礎鍛錬期		試合期	専門準備期	基本的技能の練習 (部分練習) 専門的トレーニング	練習強度の調整 課題練習計画立案 専門的トレーニング指導 リーダーの指導
11	飛翔杯						
12	冬季休業 年末 年始						
1		基礎鍛錬期		試合期	専門鍛錬期	専門的技能の練習 専門的トレーニング 総合的練習	戦略的練習計画立案 課題練習指導 リーダーの指導
2							
3	卒業式 春季休業						