

別添 1

令和 5 年度 男子バレーボール部 活 動 計 画

目 標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力の向上を目指し、楽しく運動に取り組む。</li> <li>・バレーボール競技に必要な資質・能力を育成し、技能やチームプレーの向上を目指す。</li> <li>・部の一員として、集团的意識の高揚とマナーの育成を図る。</li> </ul>
-----	--

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 市内春季大会	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	意欲の向上 トレーニング計画立案
5	県オープン大会					見学主体の活動 体力養成 基本動作の練習	練習場所等の確保 リーダーの養成 実態の把握
6	市総体						
7	中央地区総体 県総体 夏季休業	基礎 鍛錬期		専門 準備期	基礎 鍛錬期	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	関東大会 全国大会 市内夏季大会						
9	市新人大会						
10	中央地区新人大会 県新人大会	基礎 鍛錬期		専門 鍛錬期	専門 鍛錬期	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	ひたちなか近郊大会 冬季休業						
1	年始	基礎 鍛錬期			完成期	総合的練習	総合的練習指導 課題指導
2							
3	卒業式 3年生お別れ会 春季休業					総合的練習 (戦略的練習)	総合的練習指導 課題指導 全体活動の総括