令和4年度 男子バレーボール部 年間活動計画

■ 活動方針

『 ねばれ!~人に勝つより自分に勝て~

- (1) 効率良く、効果的な動的ストレッチ、トレーニングを日常的に実践します。
- (2) 限られた活動時間の中で、バレーボールで大切な基本技能の習得をはかります。
- (3) 自立心を育み、挨拶・言葉遣いなどの社会性やチームワークなどの協調性を養います。

■ 活動計画及び内容

1. 年間大会予定 ※全ての大会に参加するわけではありません。他の大会に参加する場合もあります。

期日		記録会·大会名
5月3日(火)	5月4日(水)	千葉県バレーボール選手権大会松戸市予選
6月11日(土)	6月12日(日)	千葉県バレーボール選手権大会県大会
7月16日(土)	7月17日(日)	千葉県総合体育大会松戸市予選
7月27日(水)	7月29日(金)	千葉県総合体育大会県大会
10月上旬		船橋市近隣中学校新人バレーボール教室
10月22日(土)	10月23日(日)	千葉県新人大会松戸市予選
11月12日(土)	11月13日(日)	千葉県新人大会県大会
未定		松戸市近隣中学校バレーボール大会
2月4日(土)	2月5日(日)	千葉県1年生大会松戸市予選
3月4日(土)		千葉県1年生大会県大会

2. 活動日

	月	火	水	木	金	土	日
朝練習	体育館	体育館(隔月)	休養日	体育館	外	試合	休養日
放課後	外	体育館	休養日	外	体育館	or 練習	or 試合
<							

<休日> 練習開始時刻の20分前集合 ~ 3~4時間程度の練習(準備・片付を除く)

<長期休暇> 体育館使用割り当てに基づいて、3~4時間程度の練習を行います。

- ※「外」練習の割り当ての時に、雨の場合は図書室で動画視聴となります。
- ※ 完全休養日(朝・放課後共に活動なし)を年間で最低 100 日以上確保します。
- ※ 1週間の活動時間は16時間を超えないように設定します。(ただし準備・片付けなどの時間は含みません)。 土・日に大会などで2日間活動をする場合は、平日に休養日を設定します。
- ※ 大会など一日日程(現在はコロナ禍のため半日)になることもあります。その場合はお弁当(or 軽食)のご用 意をお願いする場合もあります。
- ※ 練習中は常時換気しています。手洗いの時間も頻繁に確保しています。
- ※ 夏季に「熱中症警戒アラート」が発令された場合は、激しい運動を避け、活動時間を短縮します。
- ※ 長期休暇中の予定表は、休みに入る1~2か月前頃をめどに早めにお知らせします。

■ 活動にかかる費用(概算)

ゲームパンツ(1枚)	2640円	部活用ウィンドブレーカー(上下)	9600円
ゲームソックス	880円	年間部費(7月~翌年6月)	2000円
練習着(1枚)	1500円	日本バレボール協会登録費・備品購入代などに使用	
ユニフォーム積み立て金(年間)	1000円		
	_	計	17620円

※以下の用品は各自が持っているものをご使用したり、各自でご購入していただいて構いません。

- → リュック(40リットル)、サポーター(肘・膝)、シューズなど
- ※部費は消耗品、備品、大会参加費などに使用させていただきます。残金が出た場合は、年度末(7月)に返金します。
- ※ユニフォーム購入積み立ては、ユニフォーム修繕・購入時の資金に使用させていただきます。

■ その他

保護者会···① 4月30日(土)11:00~(本校図書室) ② 7月(総体前。未定)

- ※ 7月保護者会までに次の保護者会代表、会計担当者の方を1・2年保護者より選考していただきます。
- ※ 部活の指導、お手伝いにご協力していただける方がいればお声かけください。