

# 令和5年度 男子バレーボール部 年間活動計画

## ■ 活動方針

### 『ねばれ！ 克己復礼』

- (1) 基本的な体力の向上、技術の成長とともに、自分自身に打ち克ち、礼を尽くせる人物を目指す。  
 (2) 他のチームから見て、憧れられるようなチーム力を目指す。

## ■ 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があります。

期日		記録会・大会名
5月3日(水)	5月4日(木)	千葉県バレーボール選手権大会松戸市予選
6月10日(土)	6月11日(日)	千葉県バレーボール選手権大会県大会
7月15日(土)	7月16日(日)	千葉県総合体育大会松戸市予選
7月27日以降		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14日(土)	10月15日(日)	千葉県新人大会松戸市予選
11月11日(土)	11月12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3日(土)	2月4日(日)	千葉県1年生大会松戸市予選
3月3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	off	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
<平日>	朝 7:00 開門準備～7:55 / 放課後 諸活動開始時刻～活動終了時刻(2時間程度)						
<休日>	練習開始時刻の10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。						

- ※ 今年度から朝の外練習は10月以降から行います。夏場は十分な練習時間が取れるので実施しません。
- ※ 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があります。
- ※ 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か月前頃をめぐりに早めにお知らせします。

### ■ 活動にかかる費用(概算※昨年度のもの参考)

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)	3000円
練習着(1枚)	1500円	日本バレーボール協会登録費・備品購入代などに使用	500円
ユニフォーム積み立て金(年間)	1000円		
			計 17620円

※上記の物は原則購入していただくもの、または確実にかかる費用です。

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 5月13日(土)11:00～(本校図書室) ②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。