

令和5年度 小笠原村立母島中学校 バレーボール部年間活動計画

年間目標	①バレーボールの楽しさ、面白さ、難しさ、すべてを含め、バレーボールに親しむ ②スポーツを通して、体力や忍耐力を高めるとともに、仲間と協力し、切磋琢磨することで、責任感や向上心、思いやりの心を育てる。			
活動日 及び 活動時間	平日 【夏季】	15時45分～17時30分 (月・火・水・金曜日)	休日	9時00分～11時00分 (土曜日)
	平日 【冬季】	※朝練習を行う場合 7時00分～7時40分		
休養日	毎週 金曜日、日曜日の週2回の休養日を設定します。			
主な活動予定	月	活動等	参加大会等	
	4月	・部の目標・決まりの確認 ・基礎技能の練習	部活動説明会 仮入部 正式入部 部活動保護者会(4/28)	
	5月	・基礎技能の練習 ・基礎体力の向上	合同チーム練習(父島遠征)	
	6月	・チーム練習 ・練習試合		
	7月	・大会参加 ・新チーム始動	島しょ大会(7/15) 第62回総合体育大会(7/16)	
	8月	・基礎技能の練習 ・オフ期間		
	9月	・基礎技能の練習 ・基礎体力の向上		
	10月	・基礎技能の練習 ・基礎体力の向上		
	11月	・チーム練習 ・練習試合		
	12月	・チーム練習 ・練習試合	強化練習(小笠原村体育協会主催)	
	1月	・基礎技能の練習 ・基礎体力の向上		
	2月	・基礎技能の練習 ・基礎体力の向上	合同チーム練習(父島遠征)	
3月	・チーム練習 ・練習試合	3年生を送る会		