

平成 3 1 年度 女子バレーボール部年間活動計画

部員数	男子 名、 女子 名
顧問	〇〇、△△、
通常活動日	月水木金土日
通常休養日	火
通常活動時間	(平日) 月・金 3 時間、水・木 2 時間 (休日) 4 時間 (9:00~13:00又は13:00~17:00)
通常活動場所	体育館、トレーニング室等

活動目標	
------	--

月	公式戦等	その他の活動 (遠征・合宿・休養日等)	校内での活動・練習内容
4 月	中国大会予選 (△△体育館等) (△日~△日)	練習試合 3~4 回 (県内他校) 連休に県外遠征 (2 泊)	総合練習 (試合形式)
5 月	中国大会 (島根県) (△日~△日)	練習試合 3~4 回 (県内他校) 連休に県外へ遠征 (2 泊) 試験期間中は自主練習 1 時間	総合練習 (試合形式)
6 月	総体予選 (△△体育館等)	練習試合 1~2 回 (県内他校)	基礎練習・トレーニング
7 月		練習試合 1~2 回 (県内他校)	基礎練習・トレーニング
8 月	(全国総体 (宮崎県)) (△日~△日) 国体予選	夏季合宿 (△△県 4 泊) △日~△日、△日~△日 活動 休止 江津市大会 (△日~△日) 松江市大会 (△日~△日)	基礎練習・トレーニング 総合練習 (試合形式)
9 月	地区大会 (浜田市) (△日~△日)	練習試合 1~2 回 (県内他校)	基礎練習・トレーニング 総合練習 (試合形式)
10 月	(国民体育大会 (茨城県)) (△日~△日)	地域中学校との合同練習会	総合練習 (試合形式)
11 月	春高予選 (△△体育館等) (△日~△日)	練習試合 1~2 回 (県内他校)	総合練習 (試合形式)
12 月		△日~△日活動休止 冬季合宿 (△△県 3 泊)	基礎練習・トレーニング
1 月	(春高バレー (東京体育館等)) (△日~△日)	△日~△日活動休止 練習試合 1~2 回 (県内他校)	基礎練習・トレーニング
2 月		練習試合 1~2 回 (県内他校)	基礎練習・トレーニング
3 月		春季合宿 (△△県 2 泊)	基礎練習・トレーニング 総合練習 (試合形式)

特記事項
