

[様式 2]

杉並区立 松溪 中学校

令和 6 年度 女子バレーボール 部の活動方針・活動計画

令和 6 年 4 月 3 0 日

1 指導体制

顧問教諭等氏名		外部指導者氏名	資格等や経験	頻度
顧問	加藤 入馬	保住 さつき	バレーボール経験者	月 2～3 回
顧問	吉野 紗矢香			

2 部員数 1 年生 7 人 2 年生 1 0 人 3 年生 1 2 人 合計 2 9 人

(令和 6 年 5 月 1 日現在)

	男	女	合計
1 年	0	7	7
2 年	0	1 0	1 0
3 年	0	1 2	1 2
合計	0	2 9	2 9

3 年間目標

- (1) バレーボールを通して、心身を鍛え健康な体をつくる。
- (2) バレーボールを通して、礼儀、作法等、多くのことから学ぶ。
- (3) 目標を高くもち、日ごろの練習からしっかり取り組む。
- (4) 松溪中生の模範となり、積極的に多くの行事や活動に参加する。
- (5) 諸大会に参加し、試合から多くのことを学ぶ。
(目標…夏は都大会出場を目指したいです。)

4 活動方針

- (1) 挨拶、返事は早く、自分の気持ちを相手に表現する。
- (2) 仲間を大切にし、周囲の声に耳を傾けチームワークをよくする。
- (3) 努力を惜しむことなく何事にも全力で積極的に練習に励み、技術の向上に努める。
- (4) 提出物など学校生活のきまりを守らせて部活動に参加させる。

5 指導内容・方法

- (1) 体罰・暴言等のない指導
生徒の人権を尊重する。また、開かれた指導を心掛ける。
- (2) バレーボールの基本技術の習得 (練習・練習試合等)
- (3) 家庭でも自主的にできる練習方法や、食事内容などを指導することにより、各自が自分たちで技能を高められるようにする。

6 活動計画

(1) 活動日： 月・水・木・金・土（日・祝日）

(2) 活動時間： 平日 16時～18時（2時間）
休日 3時間

(3) 休養日： 火、土・日の活動をしていない日

(4) 年間活動予定

学期	月	内 容
1 学期	4	
	5	部活動保護者会 夏季大会（全国まで）
	6	
	7	杉並区バレーボール協会主催 実業団から指導してもらう会に参加
	8	杉並区審判講習会、新人大会予選
2 学期	9	第9支部大会 杉並区、第3ブロック、東京都新人大会
	10	
	11	
	12	
3 学期	1	杉並区1年生大会
	2	
	3	冬季研修大会兼区民大会 3年生を送る会

(5) 参加予定大会

- ・公式戦：夏季大会、新人大会
- ・研修大会：冬季研修大会兼区民大会、1年生大会