

## 江戸川区立松江第一中学校 女子バレーボール 部 活動方針、年間の活動計画

顧問： 阿部 和浩 星 裕太

校長： 瀬戸 完一

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「感謝」「絆」「挨拶」を大切に、他人のために何ができるのかということを考えられる人間の育成</li> <li>・基本形を定着させるために反復練習徹底し、個人技術を向上させチームの目標を達成する</li> </ul>			
部員数 (令和8年5月現在)	27名			
活動日	平日：月・火・木・金 休日：土曜または日曜（大会等で両日の場合あり）			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16:00 ~ 解散 18:30	冬季	集合 16:00 ~ 解散 18:00
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 9:00~解散13:00	午後 実施	集合13:00~解散17:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習、大会前強化練習		春季区民大会
	5月	基礎練習、大会前強化練習		春季ブロックバレーボール教室
	6月	基礎練習、大会前強化練習		区夏季総合体育大会、ブロック夏季大会
	7月	基礎練習、大会前強化練習		都総合体育大会兼選手権大会
	8月	基礎練習、大会前強化練習		秋季区民大会
	9月	基礎練習、大会前強化練習		区秋季総合体育大会
	10月	基礎練習、大会前強化練習		ブロック新人大会
	11月	基礎練習、大会前強化練習		都新人大会
	12月	基礎練習、筋力・体力強化練習		
	1月	基礎練習、筋力・体力強化練習		1年生バレーボール教室
	2月	基礎練習、筋力・体力強化練習		区連盟杯
	3月	基礎練習、大会前強化練習		
安全指導 配慮等について	ウォームアップとクールダウンの徹底。フリータイムでの水分補給。用具類の安全管理。			