

江戸川区立松江第四中学校 女子バレーボール部  
活動方針、年間の活動計画

顧問：小田喜 菜苗・鹿野 瞳

校長：鶴澤 伸一

活動方針	バレーボールを通して、目標に向かってひたむきに努力する力や仲間を大切に協力しあう心を養う。一人の人間として社会に出た時に生きていける力を身につける。			
部員数 (令和0年0月0日現在)	14名(令和7年4月28日現在)			
活動日	火、木、金、土(日) ※月水(平日2日)・土日(どちらか1日)休養日			
活動時間 (平日)	夏季	集合 15:40~解散 17:30	冬季	夏季と同様
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 9:00~解散 12:00	午後 実施	集合 13:00~解散 16:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・チーム練習・練習試合		春季江戸川区総合体育祭
	5月	基礎練習・チーム練習・練習試合		
	6月	基礎練習・チーム練習・練習試合		夏季総合体育大会・ブロック大会
	7月	基礎練習中心(パス力の向上)		
	8月	基礎練習中心(パスコントロール) 組織的な守備と攻撃の基礎作り		秋季江戸川区総合体育祭
	9月	基礎練習中心 3段攻撃の基礎作り		秋季総合体育大会
	10月	基礎練習・チーム練習 (サーブカットからの攻撃の徹底)		第6ブロック新人大会
	11月	基礎練習・チーム練習 (攻撃力向上:スパイク・サーブ)		
	12月	基礎練習・チーム練習・練習試合 (攻撃力向上:スパイク・サーブ)		
	1月	基礎練習・チーム練習・練習試合 (繋ぎの強化)		
	2月	基礎練習・チーム練習・練習試合		
	3月	基礎練習・チーム練習・練習試合		
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・急な激しい動きをとらせず、効率的なアップを行い、段階的に身体が慣れるように練習を組み立てる。</li> <li>・用具にもカバーをつけ、事故を防ぐ。</li> </ul>			