

江戸川区立松江第二中学校 男子バレーボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問： 内藤 卓 ・ 皆川 英一

校長： 鈴木 啓之

活動方針	バレーを通して礼儀を身に着け、自己の成長や技能の上達を目指す。			
部員数 (令和8年4月23日現在)	計29名(3年生2名、2年生19人、1年生8人)			
活動日	月(各週)・火・水・金・(土)・(日)			
活動時間 (平日)	集合16:00～解散18:00			
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合8:00～解散11:00	午後 実施	集合14:00～解散17:00 ※冬季は解散17:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		春季区総合体育祭
	5月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		春季バレーボール教室
	6月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		夏季総合体育大会 第六ブロック夏季大会
	7月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		東京都総合体育大会
	8月	新体制へ移行 練習メニュー見直し 基礎練習・試合形式練習・ミーティング		秋季区総合体育祭
	9月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		秋季総合体育大会
	10月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		第六ブロック新人大会
	11月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		東京中学校新人大会
	12月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		
	1月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		1年生バレーボール教室
	2月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		連盟杯
	3月	基礎練習・試合形式練習・ミーティング		
安全指導・ 配慮等について	季節、気温等によって休憩頻度や時間を変え、熱中症対策を行う。ウォーミングアップを念入りに行い、体幹トレーニングを行うと共に、怪我の防止を行う。			