

江戸川区立二之江中学校 バレーボール部 活動方針、年間の活動計画

顧問 宮田 英加、岡崎 菜奈子
 コーチ（外部指導員）：渡邊 愛己

校長：千野 裕司

活動方針	「目の前のことに全員で一生懸命になり、誰からも応援されるチーム」 挨拶・礼儀・思いやりをもって活動し、バレーボールの技術向上とともに、一人の人間として成長できるような部活動を目指します。また、試合に出る出ないにかかわらず、全員が目標をもって活動に取り組み、チームとして団結力をもてるようにします。			
部員数 (平成 7 年 4 月 30 日現在)	3 年生：4 人 2 年生：18 人 1 年生：8 人 計 30 名			
活動日	月、火、木、金（土または日）※水、土または日は休養日			
活動時間 (平日)	夏季	集合 15：50～解散 17：30	冬季	集合 15：50～解散 17：30
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 11：00～解散 14：00 集合 14：00～解散 17：00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4 月	実戦練習		春季江戸川区総合体育祭
	5 月	1 年生本入部開始 基礎練習（アンダー・オーバーパス）		春季ブロックバレー教室
	6 月	コート練習		夏季総合体育大会、第六ブロック 夏季大会
	7 月	基礎練習（サーブ、スパイク）		
	8 月	基礎練習（サーブ・スパイクカット）		秋季江戸川区総合体育祭
	9 月	基礎練習（ローテーション）		第六ブロック予備大会 秋季総合体育大会
	10 月	実戦練習		第六ブロック新人大会
	11 月	実戦練習		
	12 月	実戦練習		
	1 月	基礎練習		1 年生バレーボール教室 ビギナーズカップ
	2 月	基礎練習		連盟杯兼柳鶴杯
	3 月	基礎練習、実戦練習		SAKURA CUP
安全指導・ 配慮等について	ストレッチを導入し、効率的なアップを行う。 空調を適宜使用したり、こまめに水分補給をさせたりなど体調面に配慮する。			