

横山中学校 バレーボール部の活動について

顧問2名

1 活動について

【活動方針、目的】

- ①バレーボール技能の習得、体力の向上 ②バレーボールを通じて礼儀を身につける
③目標に向けて努力し、心身ともに成長する ④他者との関わりの中でコミュニケーション能力を培う

【基本的な活動】

- 月** オフ **火** 1時間程度外練習 **水** オフ
木 3週間のうち2週は2時間体育館練習 1週は外練習 **金** 2時間体育館練習
土 練習もしくは練習試合 **日** 練習もしくは練習試合

【大会等の予定】

- | | | | |
|------------|-----------|-------------|------------|
| 4月下旬～5月上旬 | 多摩地区大会 | 6月上旬～6月下旬 | 7ブロック選手権大会 |
| 7月中旬～7月下旬 | 東京都選手権大会 | 8月下旬～9月中旬 | 八王子市新人大会 |
| 9月下旬～10月下旬 | 7ブロック新人大会 | 11月中旬～11月下旬 | 東京都新人大会 |
| 1月中旬～2月上旬 | 冬季研修大会 | 1月中旬 | 7ブロック1年生大会 |
| 3月下旬 | 八王子市春季大会 | | |

【安全な活動のために】

準備運動を必ず行い、けがの予防を行う。万一けががあった場合、養護教諭のもと応急処置を施す。
顧問不在時にはストレッチや筋力トレーニング、サーブなどのけがのリスクが低い練習を行う。

2 生徒派遣費について

別紙参照ください。

3 クラブチームについて(YVC 横山バレーボールクラブ)

別紙参照ください。

4 準備物、費用について

マルゼンスポーツにて練習着(半袖、長袖Tシャツ、短パン、ウィンドブレーカー)を購入します。
申し込みや金額については、後日お知らせします。シューズやサポーターなどは各家庭でご用意ください。

5 会計について

※来年度の活動について

※JVA登録について