

# 令和元年度 女子バレーボール部 活動計画

## 1 指導体制

主顧問 山内博人、田口智里

顧問 木村泰彦、梶田真里、滝澤啓彰

外部指導員 出原麻莉乃（本校卒業生 月2回）

## 2 年間目標

(1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像

- ・ 部活と学習の両立を目指し、時間の管理のできる生徒を目指す。
- ・ 他者との思いやりの心を、スポーツを通じて育むことを目指す。

(2) 競技大会、コンクール、研究発表等の具体的到達目標

（後期課程）都大会1部に入り、東京都ベスト32を目指す。

（前期課程）文京区大会で上位に入り、ブロック大会出場

(3) 地域貢献等の特色ある目標

- ・ 公立校大会などを通じて、他校との友好を深める。

## 3 指導方針

(1) 部活動の質と量の工夫

時間の効率化を図るため、サーブやサーブカットなどは中高で共同で練習する。技術指導なども中高一貫校の特色を生かし、先輩から後輩へのアドバイスなどを大いに喚起する。

(2) 練習や試合等の計画

月に1～2回は練習試合を計画し、その中で試合に慣れながら、練習に還元できる状況をつくる。

(3) 基本的な生活習慣や規範意識等の健全育成

挨拶の励行、正しい言葉使いや、リーダーシップの育成などをチームの規範とし、学校の模範となるような生徒育成を目指す。

(4) 学習と部活動

学習と部活動を両立させるため、時間の使い方などを指導する。また、先輩の良き学習の伝統を受け継いでいく。

## 4 指導内容・方法

(1) 体罰・暴言等のない指導

- ・ 体罰関連行為のガイドラインに沿って、話し合いや対話によって生徒との関係を築いていく。

(2) 生徒間の暴力禁止

- ・ 上級生から下級生の暴力的な問題解決などが無いように日ごろからの、指導徹底をする。

(3) 外部指導員の活用

- ・ 本校のことを一番よく知っている、本校卒業生のコーチが協力する体制を整え、生徒にも学校にも付加的価値がでるようにする。

## 5 部員数

	男子	女子	合計
1年	0	3	3
2年	0	7	7
3年	0	7	7
4年	0	2	2
5年	0	5	5
6年	0	3	3
合計	0	27	27

## 6 活動日及び活動場所

【活動日】 週5日

【休養日】 毎週 月曜日 及び 土曜日又は日曜日のうち1日

※日曜日大会の場合は木曜日が休養日

【活動時間】

(平日) 16:00～18:00

(週休日等) 9:00～11:30, 11:30～14:00, 14:00～16:30

9:00～12:45, 12:45～16:30等

【活動場所】 アリーナ (体育館)

## 7 大会等の主な記録 (過去3年)

平成28年度	平成29年度	平成30年度
(前期)夏季ブロック大会出場 (後期)春季大会1部大会出場		(後期)公立校大会1部大会出場

## 8 年間 (月別) 活動計画 (今年度の参加予定大会を含む)

月	週休日の 活動日数	内 容	
		前期課程	後期課程
4	5回	春季区大会 (二日間)	東京都高体連バレーボール女子部 総会 春季リーグ戦兼春季大会予選 (二日間の リーグ戦)
5	6回	ブロック大会 (トーナメント)	春季1部大会・春季2部大会 (トーナメ ント)
6	6回	夏季区大会 (二日間)	東京都総体兼全国高校総体予選兼国民体 育大会予選 (トーナメント)
		部活動保護者会	部活動保護者会
7	6回	夏季ブロック大会 (トーナメント)	
		学校合同合宿 (五日間)	学校合同合宿 (五日間)
8	6回	区新人シード権	夏季大会 (トーナメント)
9	5回		
10	5回	新人区大会 (二日間)	新人リーグ戦兼新人選手権大会予選 (二 日間のリーグ戦)
		ブロック大会 (トーナメント)	
11	6回		新人選手権1部大会・2部大会
12	6回	OBOG総会	OBOG総会

1	6回	区冬季大会 区1年生大会	公立校大会予選リーグ戦
2	6回		公立校大会予選トーナメント戦 公立校大会本選
3	6回		