

# 令和元年度 男子バレーボール部 活動計画

## 1 指導体制

主顧問 (前期)梶田真里、(後期)滝澤啓彰

顧問 田口智里、山内博人、木村泰彦

## 2 年間目標

- ・ 常に現状に満足せず高い志を持ち、自らを律し努力を積み重ねることで、自らの道を開拓するとともにチームの仲間を大切にするリーダー性に富む人間であること。
- ・ (前期生) 関東大会出場、(後期生) 関東大会出場
- ・ アリーナ部活として誇りを持ち、学校行事の際には、年間3回以上、シート式等の学校の教育活動に貢献する。

## 3 指導方針

- ・ 練習は原則週に5日とし、週2回の休養日を設定し、練習時間は平日2時間、休日3時間を基本とし、モチベーションを高くもち、短時間に集中して行う。
- ・ 月1～2回、精神力を鍛えるため他校と合同練習または練習試合を行う。
- ・ 挨拶の励行、時間厳守を重んじ、自ら進んでリーダーシップをとり、他生徒の模範となるよう行動する。
- ・ チームとして行動していく中で、協調性や責任感を涵養する。
- ・ 学習と部活動の両立を目指し、学習とそれ以外の活動のけじめをつけさせると同時に、家庭学習時間の確保について保護者と連携をとって指導する。

## 4 指導内容・方法

### (1) 体罰・暴言等のない指導

- ・ 科学的トレーニングやスポーツ理論に基づき、行き過ぎた指導のない部活動を展開していく。その際、顧問、生徒、保護者で体罰等のない指導について共通理解を図る。

### (2) 生徒間の暴力禁止

- ・ 指導者と生徒、生徒同士の信頼関係を重んじ、厳しく指導する際には、指導者の一方的な指導でなく、生徒同士の切磋琢磨の精神、自らを律しようとする精神を尊重し、自主・自律の精神を定着させる。

### (3) 外部指導員の活用

- ・ 特になし。

## 5 部員数

	男子	女子	合計
1年	4	0	4
2年	8	0	8
3年	6	0	6
4年	8	2	10
5年	2	0	2
6年	10	1	11
合計	38	3	41

## 6 活動日及び活動場所

【活動日】 週5日

【休養日】 火曜日、金曜日 及び 日曜日

※原則土曜日、日曜日は、前期生徒好気性で割り振って活動する。また、日曜日が大会若しくは対外試合の場合は水曜日が休養日

【活動時間】

(平日) 16:00～18:00

(週休日等) 9:00～12:00 又は 13:00～16:00

【活動場所】 アリーナ 又は ステージ

## 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) 区大会準優勝 ブロック大会出場	(前期) 区大会第3位 ブロック大会第7位	(前期) 区大会優勝 ブロック大会第6位
(後期) 大会参加なし	都大会ベスト64 (後期) 全日本選手権一次予選ベスト32 新人大会(一次大会)ベスト32 新人大会(決勝大会)ベスト32	都大会ベスト32 (後期) 全日本選手権一次予選ベスト32 新人大会(一次大会)ベスト36 新人大会(決勝大会)ベスト40

## 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
4	前期5回/ 後期5回	春季文京区大会（ブロック大会、都大会）（前期） 関東大会予選（後期）
5	前期5回/ 後期4回	
6	前期4回/ 後期5回	夏季文京区大会（ブロック大会・都大会）（前期） 全国高等学校総合体育大会予選（後期）
7	前期5回/ 後期4回	夏季合宿（福島県 3泊4日）（後期）
8	前期4回/ 後期5回	夏季都立校対抗大会（後期） 全日本バレーボール高等学校選手権予選（後期） 秋季文京区大会（後期） 全日本バレーボール高等学校選手権予選（後期）
9	前期3回/ 後期3回	新人文京区大会（ブロック大会・都大会）（前期）
10	前期5回/ 後期5回	新人大会（後期）
11	前期4回/ 後期4回	五中会（OB・OG会）
12	前期3回/ 後期3回	
1	前期4回/ 後期4回	新人大会決勝（後期） 第4ブロック1年生大会（前期）

2	前期3回/ 後期3回	冬季都立校对抗大会（後期）
3	前期3回/ 後期3回	春季文京区大会（後期）