

令和2年度 部活動活動計画書

男子バレーボール 部

部員数 3年（ 16 ）名 2年（ 10 ）名 1年（ 7 ）名 合計（ 33 ）名

部活動の活動目標

区大会優勝
都大会2日目進出
インターハイベスト16

公式戦・演技会など（活動内容）

| 時期 | 主な活動内容・出場大会 | 練習内容 |
|-----|-----------------|-------------|
| 4月 | 関東大会予選リーグ | アップ |
| 5月 | 春季区民大会 | シート |
| 6月 | インターハイ予選（3年生引退） | スパイク ゲーム |
| 8月 | 夏季大会・夏季合宿（4泊5日） | ランニング |
| 10月 | 秋季区民大会 | 筋トレ |
| 11月 | 新人戦予選リーグ | 練習試合など |
| 1月 | 公立大会 | |
| 3月 | ウィンターリーグ | |