

部活動シラバス

部 名		部 の 目 標						主 前 な 年 成 度 績 の		・H30中国大会予選 5位 ・H30春高予選 ベスト8 ・鳥取県新人賞4名選出 ・全日本ビーチバレー女子ジュニア選手権大会 ベスト16							
バレーボール部 (女子)		全国大会出場を目標に掲げ、全員バレーをモットーに勝利に向かって突き進む！ 米子西高校女子バレーボール部はどんな状況でも決して折れない心と積極性・自主性を練習 で培う。選手一人ひとりの持ち味を生かし、他のチームでは経験できないような充実感を得るこ とができる。また、部活動以外も努力し、学校生活全般も充実して送れるような人格形成を目標 としている。						主 前 な 年 成 度 績 の		・H30中国大会予選 5位 ・H30春高予選 ベスト8 ・鳥取県新人賞4名選出 ・全日本ビーチバレー女子ジュニア選手権大会 ベスト16							
		3月末現在(学年は新学年)		活動 場 所		部 費				費用・用途							
部 員 数	3年	男 名	2年	男 名	第1体育館、第2体育館、市内体育館						月別	年間	40,000 円 : ジャージ、短パン、ハーフパンツ、トレーナー バッグ、ウィンドブレーカー、ソックス				
		女 3名		女 5名							円	円	60,000 円 : 遠征費				
		計 3名		計 5名							円	円	円 :				
(活 動 別 内 容)	月	火		水		木		金		土		日		祝日			
	16:00~19:00 第2体育館	16:00~19:00 第1体育館		16:00~19:00 第1体育館		16:00~19:00 第2体育館		16:00~19:00 第1体育館		9:00~13:00 or 13:00~17:00 第2体育館		部活動休養日 大会・合宿などで休めない 場合は平日に振り替え		9:00~13:00 or 13:00~17:00 第2体育館			
		トレーニング、基礎練習、総合練習		トレーニング、基礎練習、総合練習		トレーニング、基礎練習、総合練習		トレーニング、基礎練習、総合練習		トレーニング、基礎練習、総合練習		トレーニング、基礎練習、総合練習		トレーニング、基礎練習、総合練習			
(自 主 練 習 等 を 含 む)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月					
	組織としての熟成 状況把握と応用的なプレーの実践		基本的動作の理解・実践 バレーボールへの理解を深める ビーチバレー				基本的動作の実践・応用 組織プレーの理解・実践				組織理解と相互理解		組織プレーの錬成				
	基礎体力トレーニング・体幹トレーニング・ウェイトトレーニングなど。基本動作の習得と確認														応用的なプレーの理解・実践 個人技術の錬成		
(遠 征 ・ 合 宿 の 費 用)	島根合宿	山口合宿					広島合宿			山口合宿	兵庫合宿			兵庫合宿			
出 場 予 定 の 大 会	中国大会予選	中国大会 県総体	ビーチバレークリニック 天皇杯鳥取ラウンド	マドンナカップ県予選 (ビーチバレー)	マドンナカップ全国大会 (ビーチバレー愛媛)	ピオーネカップ (広島)	春高地区予選	春高県予選	県新人戦地区予選	春高 新人戦県大会	中国新人大会						
学 校 行 事 予 定		中間考査	高校総体 期末考査	夏季休業	夏季休業	夏季休業	夏季休業	学校祭	中間考査		期末考査	冬季休業	冬季休業	センター試験	三年自由登校	学年末考査	春季休業
						盆 13~15						年末年始 29~1/3					