

# 部活動シラバス

部 名		部 の 目 標										主 前 年 成 績 の	部 費		費 用 ・ 用 途									
体操部		・芸術的要素とアクロバットの要素を織り交ぜ、非日常的な運動や技を通して身体を操ることの楽しさを知る。・ひとつの技の習得に必要な要素を考え、段階を追って粘り強く取り組む姿勢を育てるための継続した練習をおこなう。 ・高度な技術の土台となるのは基礎・基本であるということを念頭に置き、短時間・集中練習により中国大会・全国大会出場を目指す。											中国高校体操競技選手権大会 団体出場 鳥取県総合体育大会団体総合2位											
		3月末現在(学年は新学年)		活動場所		第1体育館 他校との合同練習あり (米子松蔭高校等)		月別		年間		円 : 段違平行棒用プロテクター 円 : テーピングテープ												
部 員 数	3年		2年		活動場所		月別		年間		円 : 段違平行棒用プロテクター 円 : テーピングテープ													
	男	女	男	女			(円)		(3,000円)															
(活動別内容)	月		火		水		木		金		土		日		祝日									
	16:00~18:30 第1体育館 2種目練習(マット・平均台)		16:00~18:30 第1体育館 2種目練習(マット・段違平行棒)		16:00~18:30 第1体育館 2種目練習(マット・平均台)		16:00~18:30 第1体育館 2種目練習(マット・段違平行棒)		16:00~18:30 第1体育館 2種目練習(マット・平均台)		9:00~12:30 第1体育館・他校との合同練習 米子市民体育館等 4種目練習(他校との合同練習会も有り)		原則 部活動休養日 ただし合同強化練習等が入ることも (その場合、月曜日が部活動休養日)		9:00~12:30 第1体育館 4種目練習(他校との合同練習会も有り)									
(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	
	・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・新技練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・新技練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・新技練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・新技練習 ・各種目分習		・基礎的補強運動 (筋力・瞬発力) (柔軟性) ・通し練習 ・各種目分習	
動きの基本練習 (ターン・各種ジャンプ)(パーレッスン等)																								
(遠征・合宿費用)	なし		なし		なし		なし		なし		なし		なし		なし		なし		なし		なし		なし	
出場予定の大会	中国大会県予選大会 (米子)		県高校総合体育大会 (米子)		中国高校選手権大会 (米子) 1		全国高校総体 2				市民スポーツレクリエーション祭 (米子)		県新人戦 (米子)										一般体操フェスティバル (米子)	
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 年末年始 29~1/3		三年自由登校		学年末考査		春季休業	

注: 1は県予選の上位3チーム、個人4名が出場、 2は県予選の優勝チーム、個人2名出場。