

# 部活動シラバス

部 名		部 の 目 標										主 前 年 成 績 の
ハンドボール部 (男子)		基礎・基本を重視し、スタミナ・フィジカル・メンタル・テクニックの向上を図る。惰性を排除し、限られた時間の中で集中力を保ち、プレーの精度を高めていく。常に上位を目指すチームとしての品格と文武両道も重視する。										
部 員 数	3月末現在(学年は新学年)					活 動 場 所	部 費		費 用 ・ 用 途			
	3年	男 6名 女 1名 計 7名	2年	男 8名 女 1名 計 9名	ハンドボールコート 第1体育館 (土曜日に広瀬総合体育館等を使用することも多い)		月別	年間	約20,000円	チームジャケット、大会記念Tシャツ等		
										約30,000円	遠征費、選手登録料等	
								(円)	(円)	約15,000円	消耗品代、外部体育館使用料等	
(活 動 内 容 の 週 別 内 容)	月	火	水	木	金	土	日	祝日				
	16:00~18:30 練習	16:00~18:30 練習	16:00~18:30 練習	16:00~18:30 練習	16:00~18:30 練習	9:00~12:30 or 13:00~16:30 練習(試合)が入ることが多い	部活動休養日 (練習)試合が入ることもある その場合休養日を変更する	9:00~12:30 or 13:00~16:30 練習(試合)が入ることが多い 3連休の最終日は休養日				
(自 主 練 習 等 を 含 む 活 動 内 容 の 月 別 内 容)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	速攻練習 3対3 チームオフェンス	速攻練習 3対3 チームオフェンス	基本練習 速攻練習 パス・シュート重視	基本練習 速攻練習 パス・シュート重視	基本練習 ディフェンス力強化 体力強化	基本練習 ディフェンス力強化 1対1強化	速攻練習 シュート力強化 1対1強化	速攻練習 シュート力強化 1対1強化	基本練習 3対3 チームオフェンス	基本練習 3対3 チームオフェンス	室内トレーニング 基本練習 課題練習	課題練習
(遠 征 ・ 合 宿 の 費 用)									遠征			
出 場 予 定 の 大 会	中国選手権大会県予選	中国選手権大会	県総体			中国交流大会 橋尾杯 公式戦ではない		県新人戦		全国選抜大会県予選	全国選抜大会中国地区予選	室内総合 公式戦ではない
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 盆 12~15	学校祭	中間考査	期末考査	冬季休業 冬季休業 年末年始 30~1/3	センター試験	三年自由登校	学年末考査 春季休業

|