

## 平成31年度 広島市立広島工業高等学校 バレーボール部年間活動計画

### 1 指導方針(ねらい)

バレーボール競技を通じて、工業人として必要な体力づくり、チームワークの育成をめざす。

### 2 生徒数

1年		2年		3年		合計		
男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	計
4	1	7	0	7	1	18	2	20

### 3 休養日及び活動時間等

#### (1) 休養日

【 平 日 】 水曜日

【 週 末 】 日曜日

#### (2) 活動時間

【 平 日 】 月・木・金：16：00～18：00 火：16：15～18：00

【 週 末 】 土曜日：9：00～12：00

#### (3) その他

### 4 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	技術練習	中国高等学校バレーボール選手権 広島県総合体育大会バレーボール競技広島地区予選	
5月	体力づくり		
6月	体力づくり+技術練習		
7月	体力づくり+技術練習		
8月	体力づくり+技術練習	広島市立高校総合体育大会 平成31年度体力づくり新人バレーボール大会	
9月	体力づくり+技術練習		
10月	技術練習	第72回全日本バレーボール高等学校選手権大会	
11月	体力づくり+技術練習		
12月	技術練習	平成31年度広島県高等学校新人バレーボール大会	
1月	体力づくり+技術練習		
2月	体力づくり+技術練習		
3月	体力づくり+技術練習		