

2023年 4月20日 提出

男子バレー 部 年間計画

主顧問名 菊池 駿

1. 公式戦・コンクール・発表会等の予定

期 間	大会・コンクール・発表会等名
4月～6月	春季大会（1次予選・2次予選）・豊能大会
7月	大阪高校総合体育大会
11月～1月	大阪高校新人大会（1次予選・2次予選）
12月	大阪府公立高校大会
3月	西田杯バレーボール大会

2. 合宿等の予定

期 間	場 所
8月上旬（3泊4日）	兵庫県丹波篠山市東吹（予定）

3. 部活動を行わない日（休養日）

2023年度行事予定表より、作成してみました。各クラブの実情に合わせて変更してください。数土

	予定日数	週末の休養日（内数）
学校閉庁日（8/11～8/15, 12/29～1/3）	15日	4日
定期考査1週間前～考査期間中	68日	20日
高校入試に伴う登校禁止期間(3/11～3/18)	8日	2日
ノークラブデー（原則 火・水曜日）	38日	9日
校外学習	1日	0日
体育祭・文化祭	3日	2日
合 計	133日	37日

104日以上 24日以上

4. 自主練習の計画（形態・内容）

- ・時期 各定期考査1週間前・考査中の約1時間30分
- ・形態・内容 各個人の意思で、基礎トレーニング・パス・レシーブ・サーブ・アタックの個人練習を行う。