

部活動シラバス

部 名		部 の 目 標				主 前 な 年 成 度 績 の	・R2県総体代替試合 西部地区大会 優勝 ・R2春高県予選 3位 ・R1県新人戦 ベスト8 ・鳥取県新人賞1名選出 ・鳥取県優秀選手賞2名選出 ・U-19MemoriesCup西日本ビーチバレー大会 準優勝・4位入賞												
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。					部 費		費 用 ・ 用 途										
		3月末現在(学年は新学年)		活 動 場 所	第1体育館、第2体育館、市内体育館				月別	年間	60,000 円 ： ジャージ、短パン、ハーフパンツ、トレーナー バッグ、ウインドブレーカー、ソックス								
											40,000 円 ： 遠征費								
											円 ：								
部 員 数	3年	男	名	2年	男		名	活動 場 所	第1体育館、第2体育館、市内体育館	円	円	円							
		女	5 名	女	8 名														
		計	5 名	計	8 名														
(活 動 別 内) 容	月		火		水		木		金		土		日		祝日				
	16:00～19:00		16:00～19:00		16:00～19:00		16:00～19:00		16:00～19:00		9:00～13:00 or 13:00～17:00		部活動休養日		9:00～13:00 or 13:00～17:00				
	第2体育館		第1体育館		第1体育館		第2体育館		第1体育館		第2体育館		大会・合宿などで休めない場合は平日に振り替え		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 別 内 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		基本的動作の理解・実践				基本的動作の実践・応用				組織理解と相互理解		組織プレーの錬成						
	状況把握と応用的なプレーの実践		バレーボールへの理解を深める				組織プレーの理解・実践				応用的なプレーの理解・実践 個人技術の錬成								
	ビーチバレー																		
	基礎体カトレーニング・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																		
(遠 征 ・ 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	中国高校地区予選 中国高校県予選	県総体	ビーチバレークリニック	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								
				インターハイ(石川)	ミニ国体(インドア)	国体(ビーチ三重)													
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	共 通 テ ス ト	学 年 末 考 査	春 季 休 業		
														年 末 始 29～1/3					