

部活動シラバス

部 名		部 の 目 標										主 前 な 年 成 度 績 の	令和4年度 県総体 2回戦敗退 全国高校サッカー選手権県予選 1回戦敗退 2022 高円宮杯わかとりU-18リーグ 2部リーグ(1部へ昇格) 県新人戦 2回戦敗退									
サッカー部		健全な人格の形成・人間力の向上 県大会ベスト8以上進出(上位大会への出場権獲得)・リーグ1部残留																				
部員数	3月末現在(学年は新学年)						活動場所	米子西高グラウンド				部 費		費 用 ・ 用 途								
	3年	男 9 名		2年 男 12 名		(個人登録費・大会参加料・遠征援助・ビブス・ボール・テーピング等)						・チームウェア (新入部時約50,000円(一括or分割で支払い) 購入内容(ジャージ、タフブレーカー、ポロシャツ、ハーフパンツ、移動用バッグ、プラクティスシャツ2着、パンツ2着、ストッキング等)										
		女 名		女 名																		
		計 9 名		計 12 名																		
(活動別内容)	月		火		水		木		金		土		日		祝日							
	放課後 グラウンド 15:45～18:00		放課後 グラウンド 15:45～18:00 通常練習		放課後 グラウンド 15:45～18:00		放課後 グラウンド 16:45～18:00		放課後 グラウンド 15:45～18:00		原則 いずれか部活動休養日				部活動休養日							
	通常練習		土日活動した場合休養日		通常練習		通常練習		通常練習		リーグ戦or練習試合or練習 9:00～12:00		リーグ戦or練習試合or練習 9:00～12:00		リーグ戦or練習試合or練習 9:00～12:00							
(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										
	基礎技術の習得・向上																					
	個人戦術の習得・向上																					
	チーム戦術の理解・徹底																					
	ゲームでの課題の改善										個別・ポジション別課題の改善											
	スピード・フットワーク・サーキットトレーニング				有酸素運動強化・スピード持久力強化				スピード・フットワーク・サーキットトレーニング				有酸素運動強化・スピード持久力強化									
	体幹強化										筋力アップ											
(遠征・合宿の費用)						夏期合宿 150000円					広島遠征 250000円					広島遠征 250000円						
			県高校総体	中国大会					全国高校サッカー選手権県予選	県新人戦	全国高校サッカー選手権大会					中国新人大会						
出場予定の大会																						
学校行事予定		中間考查	高校総体	期末考查		夏季休業	夏季休業	夏季休業	夏季休業	学校祭	中間考查		期末考查		冬季休業	冬季休業	センター試験	三年自由登校	学年末考查	春季休業		
								盆 13～15							年末年始 29～1/3							