令和７年度　広島市立沼田高等学校　男子バレーボール部年間活動計画

１　指導方針（ねらい）

「感謝・礼儀・挨拶」をモットーに、競技者であると同時に人間としての成長をめざす

２　部員数（令和７年３月時点での人数であり引退した３年生も含んでいます。）

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
９	２	７	２	３	０	１９	４	２３

３　休養日及び活動時間等

⑴　休養日

【　平　日　】毎週、月曜日

【　週　末　】毎週、日曜日

（大会等の関係で休養日が取れないときは、平日や大会等終了後に振り替える）

⑵　活動時間

【　平　日　】６限授業日１６：００～１８：３０、７限授業日１７：００～１８：３０

【　週　末　】午前練習　　９：００～１２：００

午後練習　１２：００～１５：００

⑶　その他

〇学校閉庁日（８月１２日～１４日・１２月２８日～１月４日）は休養日とする。

〇大会等で週末に休養が取れなかった場合は、原則翌週に代休日を設ける。

４　指導計画（以下は令和７年３月時点での見込みであり、計画が変更となる場合もあります。予めご了承ください。）

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
４月	〇実践想定練習 〇練習試合	中国大会広島県予選広島地区大会	
５月	〇実践想定練習 〇練習試合	広島県高等学校総合体育大会広島地区予選会	
６月	〇実践想定練習 〇練習試合	広島県高等学校総合体育大会	
７月	〇基本練習 〇トレーニング		
８月	〇実践想定練習 〇練習試合	体力つくり新人大会	
９月	〇実践想定練習 〇練習試合		
１０月	〇実践想定練習 〇練習試合	全日本バレーボール選手権大会	
１１月	〇実践想定練習 〇練習試合		
１２月	〇実践想定練習 〇練習試合	広島県高等学校新人バレーボール大会広島地区予選会	
１月	〇基本練習 〇練習試合 〇トレーニング	広島県高等学校新人バレーボール大会	
２月	〇基本練習 〇トレーニング		
３月	〇基本練習 〇練習試合 〇トレーニング		