

2026年度

亀山中学校男子バレーボール部活動方針・活動計画書

顧問名 松尾優吾 田中洋美 仲野若奈

1 活動方針

- (1) バレーボールのオーバーハンドパス、アンダーハンドパス、レシーブ、スパイク、サーブなど基礎技術を身につける。
- (2) バレーボールを通して、粘り強く、最後まであきらめない精神力を養う。
- (3) バレーボールを通して、仲間を尊重し、相手を思いやる心を養い、仲間とともに物事をやりとげる楽しさを味わう。
- (4) バレーボール部の活動はチーム、保護者、学校など様々な人の協力により成り立っていることに気づき、感謝の気持ちをもつ。
- (5) 部活動を通して、社会で必要とされるスキルを身につける。

2 部員数

3年生7人 2年生11人 1年生 6人

3 活動内容

練習はオーバーハンドパス、アンダーハンドパス、レシーブ、サーブなど基礎練習後、スパイクのコンビネーション練習や実践練習を行う。休日は日頃の練習の成果を確認するための練習試合、中体連や協会主催の公式試合に参加する。

4 活動時間や休養日

(1) 活動時間

- ①平日放課後 放課後～17:30 (4月～8月)
放課後～16:45 (9月以降)

②休日 (長期休業中を含む)

午前練習の場合 8:00～11:30

午後練習の場合 13:00～16:30

※大会や練習試合などの場合は1日活動する場合がある。

(2) 休養日

・生徒の疲労と大会や練習試合の日程を踏まえ、土曜日あるいは日曜日に休養日を設定する。

5 活動計画 (※部活動における主な行事を記入すること)

月	内 容
4	安部杯 (春季鈴亀地区バレーボール大会)、中勢地区大会 (協会)
5	保護者会
6	三重県選手権大会 (協会)
7	中体連総合体育大会
8	
9	下野杯 (秋季鈴亀地区バレーボール大会)
10	中体連新人戦
11	
12	中勢地区大会 (協会)
1	三重県新人大会 (協会)
2	1年生大会
3	