【年間活動計画】〔女子バレーボール〕（部）・同好会

◇　年間目標

少数精鋭で粘り強いプレーを心がけ、県ベスト16を目指します！

◇　活動日と活動場所

【活 動 日】　週 5 日

【休 養 日】　毎週 日･月 曜日　（考査前１週間～考査最終日）×４回　８月・年末年始閉庁日　入試期間

【活動時間】　（平日） ２時間 程度　（休日） ３時間 程度

※特例措置　県総体及び県新人前はハイシーズン扱いとする。また、休日に校外で練習試合などを行う場合は時間延長もあり得る（ただし、その際は平日の休業日を増やすなどの対応を行うものとする）。

【活動場所】　東C体育館

◇　大会などの主な記録

令和５年度	令和６年度	令和７年度
県高校総体 ２回戦 選手権大会 １回戦 仙台市民総体 予選 県新人大会 ２回戦	県高校総体 ２回戦 選手権大会 ３回戦 仙台市民総体 予選 県新人大会 ２回戦	県高校総体 ２回戦 選手権大会 ２回戦 県新人大会 １回戦

◇　今年度の参加予定大会

６ 月 県高校総体
10月 選手権大会
11月 仙台市民総体
１ 月県新人大会

◇　年間（月別）活動計画

４月	５月	６月	７月	８月	９月
休養予定数 8日	休養予定数 10日	休養予定数 14日	休養予定数 6日	休養予定数 10日	休養予定数 13日
部登録・集会 県総体対策 （サーブ＆レシーブ強化） 練習試合	県総体対策 （攻撃力＆連携強化） 練習試合	**県総体** 県総体振り返り 新チーム発足 練習試合 ※前期考査①	強化練習 （体力強化） 基礎固め練習 練習試合	強化練習 （体力強化） 基礎固め練習 （サーブ＆レシーブ強化） 練習試合 大掃除	選手権対策 （攻撃力＆連携強化） 練習試合 ※前期考査②
１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
休養予定数 5日	休養予定数 14日	休養予定数 10日	休養予定数 10日	休養予定数 12日	休養予定数 12日
選手権 選手権振り返り 練習試合	**仙台市民総体** 基礎固め練習 練習試合 ※後期考査①	強化練習 （体力強化） 県新人大会対策 （サーブ＆レシーブ強化） 練習試合 大掃除	**県新人大会** 県新人振り返り 練習試合	強化練習 （体力強化） 基礎固め練習 （サーブ＆レシーブ強化） 練習試合 ※後期考査②	強化練習 （体力強化） 基礎固め練習 （サーブ＆レシーブ強化） 練習試合