

青翔開智高等学校 ハンドボール部年間活動計画

部員数	29名（男子：14名／女子：15名）
顧問氏名	力久 聖也 伊藤 正浩 三川 沙希
活動日	月・火・木・金・土
休養日	日・水
活動時間	（平日）16：30～17：25
	（休日）8：30～11：30 または 10：30～13：30（月に1回程度遠征あり）
活動場所	グラウンド・体育館

活動目標	ハンドボールを楽しむ！ そして計画を立て、規律に従い、試合で勝つ準備をする。
------	--

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	選手権大会		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
5月	県総合体育大会 延期		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
6月	県総合体育大会		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
7月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
8月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
9月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
10月		鳥取砂丘ハンドボールイベント主催 練習試合	基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
11月	県新人戦	練習試合	県内または県外の高校と 1日練習試合。
12月		練習試合	県内または県外の高校と 1日練習試合。
1月	選抜大会予選		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
2月	中国新人兼選抜大会中国予選		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
3月		練習試合	県内または県外の高校と 1日練習試合。

備考	
----	--

青翔開智中学校 ハンドボール部年間活動計画

部員数	21名（男子：13名／女子：8名）
顧問氏名	力久 聖也 伊藤 正浩 三川 沙希
活動日	月・火・木・金・土
休養日	日・水
活動時間	（平日）16：30～17：25
	（休日）8：30～11：30 または 10：30～13：30（月に1回程度遠征あり）
活動場所	グラウンド・体育館

活動目標	ハンドボールを楽しむ！ そして計画を立て、規律に従い、試合で勝つ準備をする。
------	--

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
5月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
6月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
7月	県中学校総合体育大会中止		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
8月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
9月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
10月		鳥取砂丘ハンドボールイベント主催 練習試合	基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
11月		練習試合	県内または県外の中学校と練習試合。
12月	春の全国選手権県予選		基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
1月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
2月			基礎トレーニング、シュート練習、ゲームなど
3月	春の全国選手権	遠征合宿	県外の中学校と合同練習や練習試合。

備考	
----	--