

令和5年度 (ハンドボール)部年間活動計画

部員数	1年	7	名	2年	8	名	3年	19	名	合計	34	名
顧問名	石原圭二郎 西海正高 中野有加里											
活動日	週5日											
休養日	週2日 ※2日以上の休養日を設定すること											
活動時間	火木朝練7:30~8:20 放課後16:15から18:00 休日9:00から12:00あるいは13:00から16											
活動場所	体育館またはグラウンド											

活動方針	チーム一丸となって最大限の効果を生み出す
今年度の目標	県大会ベスト4に入り中国大会出場

月	公式戦(大会・コンクール等)		延長 (○)	遠征・合宿	主な練習内容
	高体連(高文連)主催※	※以外の大会			
4	県春季大会 備前支部総体		○		基礎練習 実戦練習
5	中国高校選手権				基礎練習 実戦練習
6	県総体		○		基礎練習 実戦練習
7	県夏季大会		○		基礎練習
8	強化大会				基礎練習
9	備前地区大会		○		基礎練習 実戦練習
10					基礎練習
11	県新人大会		○		実戦練習
12	県選手権大会		○		実戦練習
1					基礎練習
2	中国大会				体力作り
3				黒潮カップ(高知)	基礎練習