

令和5年度 (ラグビー)部年間活動計画

部員数	1年	4名	2年	1名	3年	6名	合計	11名
顧問名	片山良介・小山浩樹・池畑加奈・安藤紗生							
活動日	月曜日・火曜日・木曜日・金曜日・土曜日(5日)							
休養日	日曜日・水曜日(2日) ※2日以上の休養日を設定すること							
活動時間	平日2時間程度、休日3時間程度							
活動場所	グラウンド西側							

活動方針	生徒それぞれの活動意欲や部活動への関心を高め、目標を持ちケガなく安全な運営を行う。
今年度の目標	部員数を確保し、単独チームでの大会出場を目指すなかで、県代表選手の輩出を目標とする。

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	中国大会予選 (公式戦①) 備前支部総体 (公式戦②)				中国大会予選に向けた強化 1年生の技術指導 基礎体力の向上
5		強化練習会			からだ慣らしとからだづくり 基本スキルの向上 基礎体力この向上
6	県総体 (公式戦②)			1泊2日(美作)	県総体に向けた強化
7					3年生引退に伴う新しいチームづくり 身体づくり(走り込み・トレーニング) 基本スキルの習得中心の活動
8					3年生引退に伴う新しいチームづくり 身体づくり(走り込み・トレーニング) 基本スキルの習得中心の活動(含、合同練習)
9	県選手権大会 (公式戦③)				全国大会予選に向けたチーム戦術 の習得(含、合同練習)
10					全国大会予選に向けたチーム戦術 の習得
11	全国高校ラグビー大会県予選 (公式戦④)	U16・U17選抜 講習会 岡山市総体			全国大会予選に向けたチーム戦術 の習得と確認修正
12		美作市長杯		1泊2日(美作)	新人大会に向けたチーム戦術の習得 (含、合同練習)
1	新人大会 (公式戦⑤)				個人スキルの向上 身体づくり(ウエイトトレ)
2					個人スキルの向上 身体づくり(ウエイトトレ)
3		合同チーム中国 大会			個人スキルの向上 合同練習