

平成25年度 女子 豊橋U-15バレーボール教室  
男子東三河U-15バレーボール教室 開催要項

- 1 主催 豊橋バレーボール協会指導普及部・東三河中学校バレーボール部会  
2 目的 豊橋市内および東三河地区の中学生のバレーボールの普及・発展と技能の向上に寄与する。  
3 対象 中学校1年生～中学校3年生までの希望者  
4 会場 豊橋市立豊岡中学校  
5 開催日時 《 豊橋市内女子バレーボール教室 午前 8:30～12:00 》  
《 東三河地区男子バレーボール教室 午後13:30～16:00 》

- 第1回 平成25年 4月14日(日) 8:30～16:00  
第2回 平成25年 5月12日(日) 8:30～16:00  
第3回 平成25年 6月 9日(日) 8:30～16:00  
第4回 平成25年 8月 4日(日) 8:30～16:00  
第5回 平成25年 9月 1日(日) 8:30～16:00  
第6回 平成25年10月 6日(日) 8:30～16:00  
第7回 平成25年12月 1日(日) 8:30～16:00 (会場未定)  
第8回 平成26年 1月12日(日) 8:30～16:00  
第9回 平成26年 3月 9日(日) 8:30～16:00

※ 都合により変更する場合があります。変更の場合は、豊橋バレーボール協会のHPでお知らせします。(教室開催日1週間前から案内)

6 指導者

平成25年度豊橋・東三河バレーボール教室責任者：金子 直己

(豊橋バレーボール協会指導普及委員長)

◆指導スタッフ：豊橋バレーボール協会の推薦する指導者

- ・ 高校バレーボール部指導者 ・ 中学校バレーボールチーム指導者
- ・ バレーボールクラブ関係者 ・ 少年団指導者

7 指導内容 ※ 下記内容を原則として実情に応じてメニューを組み立てていきます。

《 豊橋市内女子バレーボール教室 午前 8:30～12:00 》

8:00～ 8:30 会場準備・女子選手受付

8:30～ 9:30 基礎トレーニング・パス、レシーブ等の基本練習

9:45～11:00 スパイク・ブロッキング・サーブ等の基本練習

11:10～12:00 応用練習・クーリングダウン

12:00～13:00 スタッフ昼食・休憩

《 東三河地区男子バレーボール教室 午後13:30～16:30 》

13:00～13:30 会場準備・男子選手受付

13:30～14:15 基礎トレーニング・パス、レシーブ等の基本練習

14:15～15:00 スパイク・ブロッキング・サーブ等の基本練習

15:00～15:50 応用練習・クーリングダウン

15:50～16:00 片付け・解散

## 8 その他

### ① 服装、持ち物

- ・バレーボールのできる服装、バレーボールシューズ、補給用水分、タオル

### ② けがについて

- ・けが等の保障については、各自で保険に加入しておくこと。

### ③ 教室までの行きかえり

- ・保護者の責任において、事故のないようにすること。

### ④ その他

- ・中学生らしく、けじめのある服装や態度で参加してください。
- ・中学生のバレーボールの普及を目的としますが、指導者研修も兼ねています。たくさんの指導者の方々の参加をお願いします。

※ 豊橋市内バレーボール教室も6年目を迎え、軌道に乗ってきました。その活動の中では、特に男子の指導普及が大きな課題となっています。男女ともに、豊橋市内（男子は、東三河管内）から広く参加者を募集し普及を図りたいと思います。ご協力よろしくをお願いします。

（教室に関する問い合わせ：豊橋バレーボール協会指導普及部）

（豊岡中学校 金子 直己 61-3278）