

市連絡協議会 合同練習会Ⅱ 実施要項

- 目的
- ・鹿児島女子短期大学バレーボール部の選手との交流から、楽しく体を動かし真摯にとりくむ姿勢などを学ぶ
 - ・子供たちのあこがれや向上心UPにつなげる
 - ・実技指導やアドバイスを受け、技術の向上をはかる

日時 2023年12月16日(土) 午前の部 9時～12時 (180分)
午後の部 13時～16時 (180分)

会場 鹿児島市民体育館 本館3面

参加 参加希望チーム22チームを、午前11チームと午後11チームに分ける
1チームの参加団員数を12名までとする

内容(予定) *当日変更もあり得ます

一、開会あいさつ(連絡協議会)	2分
一、大学バレーボール部あいさつ	3分
一、ウォームアップやストレッチメニューで体を動かす	20分
一、ボールを使った基本練習	30分
一、ポジション別練習(3面使って、レシーブ、トス、アタック)	30分
一、子どもたちからの質問コーナー	15分
一、参加チームの練習試合(1セット毎)とアドバイス	75分
一、閉会あいさつ	5分

*練習内容については、鹿児島女子短期大学バレー部の選手に一定お任せする。