

部活動に係る活動方針

●活動方針	体力や技能の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、好ましい人間関係の構築を図り、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資する。
●活動目標	四国大会出場を一つの目標としているが、ハンドボールを通して社会性を身につけ、生きる力を高めることを目標としている。
●昨年度の活動実績	選手権大会・新人大会・選抜大会：1回戦敗退 県総体：第5位
●活動日と休養日	毎週水・日曜日は休養日。

●週間の活動計画

月曜日	16:30～18:30（2時間程度でメリハリのある練習） 内容：準備・ストレッチ・基本練習・ゲーム形式・整理運動・後片付け
火曜日	※ 雨の日は、校舎内や体育館で体カトレーニングやウエイトトレーニング
水曜日	※ 月に1回、障害者交流プラザの体育館で練習（水曜日）
木曜日	休養日
金曜日	16:30～18:30（2時間程度でメリハリのある練習） 内容：準備・ストレッチ・基本練習・ゲーム形式・整理運動・後片付け
土曜日	9:00～12:00（3時間程度でメリハリのある練習） 内容：準備・ストレッチ・基本練習・応用練習・ゲーム形式・整理運動・後片付け
日曜日	休養日

●年間の活動計画（参加予定大会 等）

4月中旬	県選手権大会
6月5日～6月8日	県総体
夏休み中	遠征
10月下旬	新人大会
12月中旬	県選抜大会
3月下旬	高知遠征（黒潮カップ）

※ 定期的に練習試合、年に2・3回県外遠征を計画している