

令和6年度 陸上競技部 年間活動計画

部員数	1年	11	名	2年	6	名	3年	15	名	合計	32	名
顧問名	清水公康 岡本正樹 岡田明子											
活動日	○月○火 水 (木) 金 ○土 ○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日1時間30分程度、休日2時間程度											
活動場所	グラウンド 津山陸上競技場 トレーニング室											
活動方針	勉強と部活動との両立をしながら、個々の能力の限界へ挑戦し、上位大会への出場を目指す											
今年度の目標	県高校総体への全選手出場、インターハイ・中国高校・中国選手権・中国高校新人への出場											

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	県高校総体美作地区予選	津山記録会	
5	美作総体 県総体		
6	中国高校	県選手権	
7	インターハイ	国体予選	
8	県高校選手権	津山選手権 中 国選手権	校内合宿
9	県高校新人	津山記録会	
10	中国高校新人	岡山カーニバル	
11	県高校駅伝		
12		津山駅伝 神庭の滝駅伝	
1		晴れの国駅伝	
2			
3		津山記録会	校内合宿

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 男子バレーボール 部 部年間活動計画

部員数	1年	0	名	2年	3	名	3年	0	名	合計	3	名
顧問名	岡本みくに											
活動日	○ 月 ○ 火 水 (木) 金 ○ 土 ○ 日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○ 水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2 時間 分程度、休日 3 時間 分程度											
活動場所	第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他()											

活動方針	人間形成を目指すとともに、礼儀正しく、本校の模範となる生徒の育成を目指す
今年度の目標	県大会出場

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	春季バレー ボール大会	春季バレー ボール大会県 予選	
5		美作総体	
6	県総体		
7			
8		TOB杯	
9			
10			
11	県選手権大会 予選会	県選手権大会	
12		県新人大会予 選会	
1	県新人大会		
2			
3			

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 女子バレーボール 部 部年間活動計画

部員数	1年	8	名	2年	13	名	3年	6	名	合計	27	名
顧問名	真島 良次 小林 悦子 安藤 和恵											
活動日	○ 月 ○ 火 ○ 水 木 金 ○ 土 ○ 日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 水 ○ 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上の休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間 0分程度、休日 3時間 0分程度											
活動場所	第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他(

活動方針	人間形成を目指すとともに、礼儀正しく、本校の模範となる生徒の育成を目指す
今年度の目標	県大会ベスト16

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	・中国選手権大会 岡山県予選会 ・中国選手権大会 岡山県予選会支 部予選		・年間を通じて適宜練習試合等を組みます
5	・地区総体		
6	・県総体		
7			
8	・高校勝抜大会		
9			
10			
11			
12	・中国新人選手権 大会岡山県予選 会支部予選		
1	・中国新人選手権 大会岡山県予選 会		
2			
3			

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 ソフトテニス 部 部年間活動計画

部員数	1年	14	名	2年	14	名	3年	11	名	合計	39	名
顧問名	深見 彩香、河本 美喜、清水 晃輝、高杉 采香、(田口 雅司)											
活動日	① ② 水 ③ ④ ⑤ 日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ③ 木 金 土 ① ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間00分程度、休日 3時間00分程度											
活動場所	第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド <u>テニスコート</u> その他(
活動方針	活動を通じて、主体的に考え、協同して行動する力を身につける。											
今年度の目標	団体戦 地区大会優勝 個人戦 全ペア県大会出場											

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	県春季(個人) 県総体(個人) 予選		津山市民大会(一般)
5	美作総体(団体)		地区強化練習会
6	県総体(個人) 県総体(団体)	国体一次選考会	
7	中国大会 (団体/個人)		
8	美作選手権(個人)	競技者育成 プログラム STEP2	県交流大会
9	新人(ダブルス) 予選		美作選手権大会(一般) 旭東・美作交流大会
10			地区強化練習会
11	県新人 (団体/ダブルス)		
12	選抜2次予選(団体) 県高校インドア (ダブルス)		県強化練習会
1	県新人(シングルス)		県実技講習会
2		技術等級大会	
3			県交流大会

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 男子バスケットボール 部 部年間活動計画

部員数	1年	7	名	2年	10	名	3年	8	名	合計	25	名
顧問名	福島真人 西晴香											
活動日	○月○火 水 (木) 金 ○土 ○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上の休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2 時間 分程度、休日 3 時間 分程度											
活動場所	第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他(
活動方針	日々の生活の中で、一つ一つの行動を”心をこめて”行う											
今年度の目標	県大会ベスト8											

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	リーグ戦		
5	美作総体		
6	県総体		
7			合宿
8			
9	ウィンターカップ 県予選		
10			
11	新人戦地区予選		
12			
1	新人戦県大会		
2			
3			

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 女子バスケットボール 部 部年間活動計画

部員数	1年	17	名	2年	11	名	3年	3	名	合計	31	名
顧問名	水田成美 森内那保枝											
活動日	月 火 水 木 金 土 日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 水 木 金 土 日 ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間00分程度、休日 3時間00分程度											
活動場所	第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他()											

活動方針	日々の生活の中で、一つ一つの行動を”心を込めて”行う
今年度の目標	県大会ベスト16進出

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	リーグ戦		
5	地区総体 県総体		GW練習試合会
6			
7			
8			
9	ウィンターカップ 予選		
10	ウィンターカップ 県大会		
11	新人戦地区予選		
12			大阪遠征
1	新人戦県大会		
2			
3			大阪遠征、勝山spring cup

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 ソフトボール 部 部年間活動計画

部員数	1年	4	名	2年	3	名	3年	7	名	合計	14	名
顧問名	田中 美宙 畦田 英明 杉山 理文											
活動日	○月○火 水 (木) 金 ○土 ○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上の休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間 分程度、休日 3時間 分程度											
活動場所	体育館 第2体育館 武道場 <u>グラウンド</u> テニスコート その他(

活動方針	はじめをつけ、集中した練習をする
今年度の目標	公式戦で1戦でも多く勝てることを目指す

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	春季県大会		県内練習試合
5	美作総体		県内練習試合
6	県総体		
7			基本練習
8	夏季大会		県内練習試合
9			試合形式練習
10	秋季大会		県内練習試合
11			研修会
12			基本練習
1			基本練習
2			基本練習
3			基本練習

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 バドミントン 部 部年間活動計画

部員数	1年	25	名	2年	20	名	3年	10	名	合計	55	名
顧問名	津田諒・清水絃冬・林璃子・篠埜順子・宇谷俊二											
活動日	○月○火○水 木 金○土○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 水 ○ 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間 00分程度、休日 3時間 00分程度											
活動場所	○ 第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他()											

活動方針	感謝の気持ちを忘れず、切磋琢磨し、ともに成長するチームを目指す
今年度の目標	県大会出場・県大会一回戦突破

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	・春季大会		
5	・地区大会		練習試合
6	・県総体		
7	・全日本ジュニア県予選大会		
8	地区夏季大会		練習試合
9	・秋季大会美作地区予選会		
10			地区強化練習会
11	県秋季大会		
12			練習試合
1			
2	・新人戦		
3			練習試合

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 剣道部 部 部年間活動計画

部員数	1年	5	名	2年	1	名	3年	4	名	合計	10	名
顧問名	山口 香、木本 理予、西牟田 奈菜美											
活動日	○月○火 水 ○木 ○金 ○土 ○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上の休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日1時間 30分程度、休日 3時間 分程度											
活動場所	体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他(
活動方針	人間形成を目指すとともに、礼儀正しく、本校の模範となる生徒の育成を目指す											
今年度の目標	中国大会出場、県大会ベスト4											

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	中国大会予選	国スポ一次予選 美作地区高校剣道大会	※練習試合は毎月1回以上(県内中心)
5	美作地区総体		
6	県総体 中国大会		
7		段別選手権大会 玉竜旗	
8		県高校勝ち抜き大会 宮本武蔵顕彰 高校剣道大会	夏季合宿
9			
10			
11	新人戦		
12			
1	選抜予選		
2			
3	中国新人大会		春季合宿

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 サッカー 部 部年間活動計画

部員数	1年	9	名	2年	8	名	3年	9	名	合計	26	名
顧問名	中塚 啓太 竹本 圭佑 高杉 采香											
活動日	○月○火 水 ○金 ○土 ○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2 時間 00 分程度、休日 3 時間 00 分程度											
活動場所	体育館 第2体育館 武道場 <u>グラウンド</u> テニスコート その他(

活動方針	人間形成を目指すとともに、礼儀正しく、本校の模範となる生徒の育成を目指す
今年度の目標	県大会ベスト8

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	・チャレンジリーグ (1年間)	美作地区総体 サッカー大会	
5	・地区総体	美作地区総体 サッカー大会	
6	・県総体		
7			
8			
9	高校サッカー選手権岡山県予選		
10	高校サッカー選手権岡山県予選	美作選手権	
11	高校サッカー選手権岡山県予選		
12	新人選予選		
1	新人選予選 県新人選		
2			
3			

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 硬式野球部 部 部年間活動計画

部員数	1年	6	名	2年	6	名	3年	7	名	合計	19	名
顧問名	齋藤瑠世 橋本航 山本聡											
活動日	月○火○水○木○金○土○日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	○月 火 水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間 00分程度、休日 3時間 00分程度											
活動場所	体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他(

活動方針	野球を通して人間力を磨く。
今年度の目標	公式戦1勝

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	・春季岡山県高等学校野球大会北部地区予選 ・春季岡山県高等学校野球大会		
5	美作総体		
6			県外遠征(徳島県)
7	全国高等学校野球選手権岡山大会		
8	秋季岡山県高等学校野球大会北部地区予選		校内合宿
9	秋季岡山県高等学校野球大会		
10			
11	岡山県高等学校野球1年生大会		
12			
1			
2			
3			

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 卓球 部 部年間活動計画

部員数	1年	2	名	2年	2	名	3年	3	名	合計	5	名
顧問名	二木・竹内・井上											
活動日	① ② ③ 木 ④ ⑤ 日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 水 ④ 金 土 ⑤ ※原則2日以上の休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 1時間 30分程度、休日 3時間 0分程度											
活動場所	体育館 ②第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他(

活動方針	自己の研鑽に努めるとともに仲間と協力し合いながら互いを高めあう関係作り
今年度の目標	個人・団体県総体上位進出

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4			
5	第63回岡山県高等学校総合体育大会卓球競技(シングルス・ダブルス)	美作地区総体	美作高校 他 練習試合
6	第63回岡山県高等学校総合体育大会卓球競技(団体)		
7	国体予選		
8	秋季大会(団体戦)		
9	全日本ジュニアの部県予選		
10	新人戦(団体戦)		
11			
12	新人戦(シングルス・ダブルス) 全国選抜2部予選		
1			練習試合
2			
3	学年別卓球大会(シングルス)		

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 柔道同好会 年間活動計画

部員数	1年	—	名	2年	0	名	3年	1	名	合計	1	名
顧問名	石原 浩二、石原 翠											
活動日	○ 月 ○ 火 水 (木) 金 ○ 土 ○ 日 ※週 5 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	月 火 ○ 水 木 金 土 日 ○ ※原則2日以上 of 休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 1時間 30分程度、休日 2時間 分程度											
活動場所	体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他(

活動方針	人間形成を目指すとともに、礼儀正しく、本校の模範となる生徒の育成を目指す
今年度の目標	県大会での上位入賞、中国大会出場

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4	・中国大会予選		・美作地区中高合同強化練習会
5	・美作総体	・全日本ジュニア県予選	・美作地区中高合同強化練習会
6	・県総体 ・中国大会	・国体選考会	・美作地区中高合同強化練習会
7		・国体中国地区予選	
8	・インターハイ		
9			・美作地区中高合同強化練習会
10	・県新人大会	・国体	・美作地区中高合同強化練習会
11	・中国新人大会		・美作地区中高合同強化練習会
12			・美作地区中高合同強化練習会
1	・選手権県予選		・美作地区中高合同強化練習会
2			
3	・選手権大会		

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。

令和6年度 新体操同好会 部年間活動計画

部員数	1年	—	名	2年	5	名	3年	0	名	合計	5	名
顧問名	辻 洋子 牧野 裕子											
活動日	月○火○水 木 金○土 日 ※週 2 日 活動日とする(活動日に○)											
休養日	○月 火 水 木○金 土○日 ○ ※原則2日以上の休養日を設定すること(週休日に○)											
活動時間	平日 2時間 00 分程度、休日 0 時間 00 分程度											
活動場所	第1体育館 第2体育館 武道場 グラウンド テニスコート その他()											

活動方針	柔軟性・リズム感・跳躍力・平衡感覚などが身につく
今年度の目標	自主的に練習に取り組む

月	公式戦		遠征(練習試合等)・合宿
	高体連、高文連主催※	※以外の大会	
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
1			
2			
3			

* 高体連主催の公式戦は、高野連も含む

* 活動時間とは、活動の効果が期待できる時間であり、移動や休憩等の時間は含めない。