

令和7年度 東京都高等学校男子ビーチバレーボールの活動について

ビーチバレーボールは、令和5年度から全国高等学校体育連盟（全国高体連）バレーボール専門部内にて公式競技となりました。当部では東京都ビーチバレーボール連盟に協力をいただき講習会の実施、練習会や大会のお知らせをおこない。今年度も以下2点を重点項目として活動いたします。また活動日程においては、「東京都ビーチバレー年間活動」をご覧ください、参加くださいますようお願いいたします。

1. 競技人口の拡大（普及活動）バレーボールの普及を図り、多くの人々が楽しめる環境を整えます。

1) 少子化に伴い、部員不足からバレーボール離れを解消させる。

（2名から大会に参加できる）

2) 下級生や試合に出場できない選手に対し、大会参加の機会をつくる。

（1校複数チーム参加可能。補欠がない競技です）

2. ジュニア世代の育成: 若い選手たちの才能を発掘。

1) フィジカルの強化

○練習の効率化

ビーチバレーボールは2人制で行います。そのため、6人制バレーボールの3倍近くボールに触る事ができます。

○体幹バランス

足場が不整地の為、正確な体の使い方が必要になります。よって、レシーブ力・パス力が自然と身についていきます。

○筋力のアップ

体育館の床面とは異なり、反発する力を使ってジャンプすることができないため、自分の筋力のみでスパイク・ブロックをおこないます。

2) 自主性の強化

試合時、監督・コーチ等はコートに入れない競技です。ゲーム時は選手自身が試合をコントロールしていきます。また、そのため、練習においても自主的な雰囲気で開催されます。

引き続き、ビーチバレーボールの発展に向けて、皆様のご協力をお願い申し上げます。

東京都ビーチバレー年間活動 ※赤字はエントリー可能な大会 _____代表チームが出場する大会

4月	○週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟練習に参加可能） ○強化練習会 来年度の国民大会スポーツ大会等を目指す選手の練習会（4/4・11） 全日本ビーチ連盟主催 ジャパンビーチバレーボールツアー2025 アンダーエイジ川崎大会	
5月	5日（祝月）・6日（祝火）高体連主催 ビーチバレーボール講習会 18日（日） 国民スポーツ大会（国体）東京都予選大会 （強化選手を8名程度選出） 週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟の練習会に参加可能）	
6月	週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟の練習会に参加可能）	
7月	週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟の練習会に参加可能） 21日（祝月） 東京都ジュニアビーチバレーボール大会 （昨年度実績54チームが参加） 全日本ジュニアビーチバレー選手権大会・関東高等学校ビーチバレーボール男女選手権の出場選考大会（全日本ジュニア1チーム・関東大会6～8チーム） 19日（土）20日（日） 国民スポーツ大会（国体）関東ブロック予選会 （茨城県） 全日本ビーチ連盟主催 ジャパンビーチバレーボールツアー2025 アンダーエイジ横浜大会	
8月	○週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟練習に参加可能） ○ 強化練習会 上部団体に出場する選手および強化選手の練習（夏季休業中） 8日（金）～10日（日） 全日本ビーチバレーボールジュニア男子選手権大会 （大阪府阪南市）代表1チーム 23日（土）24日（日） 関東高等学校ビーチバレーボール男女選手権大会 代表6～8チーム 関東ビーチ連盟主催 関東ビーチバレーボール団体戦 代表1チーム 全日本ビーチ連盟主催 ジャパンビーチバレーボールツアー2025 アンダーエイジ越谷大会	
9月	国民スポーツ大会（国体）6日（土）～9日（火） （滋賀県長浜市） 代表1チーム	
10月	週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟の練習会に参加可能）	
11月	週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟の練習会に参加可能）	
12月	○週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟練習に参加可能） ○ 強化練習会 来年度の国民大会スポーツ大会等を目指す選手の練習会（冬季休業中）	
1月	○週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟練習に参加可能） ○ 強化練習会 来年度の国民大会スポーツ大会等を目指す選手の練習会（冬季休業中）	
2月	週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟の練習会に参加可能）	
3月	○週末練習会（東京都ビーチバレーボール連盟練習に参加可能） ○ 強化練習会 来年度の国民大会スポーツ大会等を目指す選手の練習会（春季休業中） ○ 東京都ビーチバレーボール連盟公認大会	

週末練習会への参加は mttake1966@yahoo.co.jp に問合せください。

大会のお知らせについては、東京都バレーボール協会のホームページ、またはMRSメールにてご案内します。

令和7年度 東京都高等学校男子ビーチバレー講習会

1. 主催 東京都高体連バレーボール専門部男子部
2. 後援 東京都バレーボール協会 東京都ビーチバレーボール連盟
3. 日時 令和7年5月5日（月祝）・6日（火祝）小雨決行
8時30分 集合 9時00分 講習開始 16時解散予定
4. 場所 大森東水辺スポーツ広場 ビーチバレー場 （3面）
〒143-0012 東京都大田区大森東 1-37-1
1）京浜急行線『平和島駅』から徒歩15分
2）京浜急行線『大森町駅』から徒歩12分
5. 対象 東京都高体連バレーボール男子部に加盟チームの選手
東京都ビーチバレーボール連盟において推薦された選手
※各校 何名でも参加可能。
6. 講師 東京都ビーチバレーボール連盟 主任講師1名
各コートにアシスタントコーチ（プロコーチ・選手等）3名が指導いたします。
7. 募集人員 各日それぞれ100名 程度（昨年度実績230名）
8. 参加費 1日のみ希望者 2,000円（スポーツ障害保険を含む）
2日間希望者 3,000円（スポーツ障害保険を含む）
納入は当日受付にておこなう

9. 講習内容

9:30～10:00	開講式 ルールについて
10:00～12:00	パス・セットからの攻撃
12:00～13:00	昼食
13:00～14:00	フォーメーション レセプション・デグからの攻撃
14:00～15:30	ミニゲーム
15:30～16:00	修了式解散

10. 持ち物

- 1) ビーチバレーのできる服装・用具
水着・Tシャツ・短パン・帽子・タオル・サングラス・日焼け止め等
- 2) 昼食・飲料水（多め）は参加者自身で用意すること。
- 3) 印鑑

11. 参加方法

- 1) Google フォームから必要事項を入力し、締切日までに送信をする。（参加者）
- 2) 参加申込用紙に必要事項を記入（保護者・校長印必須）し、講習会当日の受付時に参加申込書原本・費用を提出すること。

≪締切日≫ 4月28日（月）

* 申込み Google フォーム



12. 大会参加について

- ・ 国民スポーツ大会（国体）東京都予選大会・東京都ジュニアビーチバレーボール大会（全日本ジュニアビーチバレー選手権大会・関東高等学校ビーチバレーボール男女選手権の出場選考大会）の大会参加希望は、必ず2日間の参加をお願いします。（学校行事等で参加ができない場合は個別に連絡すること）
- ・ 大会参加希望者が多い場合は講習会内で選考試合を行い、東京都予選会に出場する選手を決定します。東京都予選会に出場する選手は、別途ビーチバレーのMRSに登録が必要になります。

13. その他

- ・ **必ず保護者の参加同意欄、学校長の参加承認書欄に署名・捺印**を必ずお願いします。
- ・ 顧問の引率は やむを得ず引率ができない場合は、保護者への連絡と参加同意を確認し、選手には事前の指導を必ず行ってください。
- ・ 現地集合から解散までの対応については主催で行います。特に行き帰りの事故については十分注意してください。
- ・ 講習中に発熱や体調不良等になった場合は、保護者・顧問に連絡を入れさせていただきます。
- ・ 今後の連絡については参加者メール、m r s チーム登録メールおよび東京都高校体育連盟バレーボール男子部のホームページにてお知らせいたします。
- ・ 問合せ先

〒185-0004 東京都国分寺市新町 3-2-5 都立国分寺高等学校 倉股

TEL 042-323-3371

FAX 042-325-9833

以上

令和7年度 ビーチバレー講習会・参加申込書

学校名		学校電話	
所在地	〒	学校FAX	
参加選手氏名		顧問氏名	
参加選手住所	〒	本人携帯電話	
生年月日	(西暦) 年 月 日	身長	自宅最寄り駅 駅
参加希望日	5月5日	5月6日	両日(2日間) (○で囲む)

参加同意書

上記の者を、表記講習会に参加させることに同意いたします。

令和7年 月 日

保護者住所 〒 _____ 電話 _____

保護者氏名 _____ 印 _____

参加承認書

上記の者は、本校在学中の生徒であり、表記講習会に参加する事を認めます。

令和7年 月 日

_____ 高等学校長 _____ 校印 _____

- * 人数制はありません。(申込書はコピーしてください)
- * 講習中の怪我等の対応については、主催者で応急手当・病院への搬送等を行います。行き帰りの事故については十分注意してください。(保険は開催者で加入します)
- * 本、参加申込用紙は、参加同意書・参加承認書に署名捺印をして講習会当日受付に提出ください。