

平成30年度部活動体験一覧

部活動名	実施日時	人数制限	活動場所	体験内容	持ち物
女子バレーボール部	平成30年9月23日(日) 10時～13時	20名	体育館	・基本練習及びゲーム形式等を予定 ・活動内容についての説明を含む	・運動できる服装 ・体育館用シューズ ・タオル ・ドリンク
男子サッカー部	平成30年8月26日(日) 9時～11時	30名	人工芝グラウンド	・ゲーム形式の練習	・運動できる服装 ・スパイク ・タオル ・ドリンク ・すね当て
	平成30年9月23日(日) 9時～11時	30名			
アメリカンフットボール部(男)	平成30年8月22日(水) 9時～12時	なし	日本大学アメリカンフットボール場 (本校徒歩約5分)	楕円形のボールを実際に投げたり、捕ったりしてもらいます。 人数によってはアメフトに似たフラッグフットボールも行う予定です。	・運動できる服装 ・運動靴 ・タオル ・ドリンク
	平成30年9月24日(月) 9時～12時	なし			
バスケットボール部(男女)	平成30年8月22日(水) 14時～17時	なし	体育館	①ウォーミングアップ ②基本練習 ③ゲーム形式	・運動できる服装 ・バスケットシューズ ・タオル ・ドリンク
	平成30年9月22日(土) 14時～17時	なし			
陸上競技部(男女)	平成30年8月21日(火) 8時～12時	なし	日本大学陸上競技場 (本校隣接)	全種目共通基礎練習・・・走りの基本 種目別技術練習・・・短距離:スタート, 中長距離:走練習, 跳躍:走り幅飛び・走り高跳び跳躍練習 投擲:やり投げ基本練習 ※上記以外の種目については実施いたしません	・運動できる服装 ・スパイク ・普段使っている練習用具 ・ドリンク
野球部(男)	平成30年8月25日(土) 9時～13時	30名	人工芝グラウンド 多目的コート 柔道場	・野球部についての説明 ・体幹トレーニング ・守備, 打撃サーキットトレーニング	・運動できる服装 ・運動靴 ・野球道具 ・ドリンク
	平成30年9月23日(日) 13時～16時	30名			
女子サッカー部	平成30年9月22日(土) 13時～16時	なし	人工芝グラウンド	練習及びゲームを実施	・運動できる服装 ・スパイク ・タオル ・ドリンク ・すね当て
男子バレーボール部	平成30年8月25日(土) 9時～13時	20名	体育館	基礎練習・ゲーム	・運動できる服装 ・体育館シューズ ・タオル ・ドリンク
	平成30年9月24日(月) 13時～16時	20名			
テニス部(男女)	平成30年8月26日(日) 9時～12時	なし	多目的コート 百周年記念館テニスコート	前半はショートラリーやボレーボレーでウォーミングアップをした後、球出し練習、ラリー、サーブ練習と進めていきます。後半ではダブルスの動きも交えながら実践形式のメニューも行っていきます。	・運動できる服装 ・テニスシューズ ・テニスラケット ・ドリンク
	平成30年9月24日(月) 9時～12時	なし			
剣道部(男女)	平成30年9月24日(月) 9時～11時	なし	屋内運動場1	体操⇒素振り⇒基本を含めた稽古⇒先生を元にした稽古	・防具一式 ・竹刀 ・道着
スキー部(男女)	平成30年8月23日(木) 9時～12時	なし	本校中庭	・ランニング ・筋力トレーニング ・ローラーブレード等	・運動着 ・運動靴