

【リンク先】茨城県立佐和高等学校女子バレーボール部

http://www.sawa-h.ibk.ed.jp/?page_id=168

【リンク先】茨城県立那珂高等学校女子バレーボール部

http://www.naka-h.ibk.ed.jp/?page_id=146

【リンク先】東京都高校体育連盟女子バレーボール専門部

<http://www.hstww.jp/>

【リンク先】奥戸Believeバレーボールクラブ

<http://m.facebook.com>

【リンク先】桐の子バレーボールクラブ

kirinoko.hatenablog.com

【リンク先】東京私立中学高等学校バレーボール連盟

<https://sakura-volley.jp>



中学生(受験生)のみなさんへ

練習の見学、体験入部は、随時受けつけております！！ 03-3811-0636(代)にご連絡ください。

見学・体験入部をご希望の方は「練習見学・体験入部FAX送信書」をご利用ください。

部誌 より



※学校HPリニューアルにより
変更する場合があります。
※部員、保護者、OGの方には
ムービー配信を行い、日頃の
活動を伝えています。
※現在、250作以上を配信中！

近年のおもなTOPIC



第21回フレンドカップ5戦全勝で優勝！！





顧問の岸本先生、部員の池さんが東京私学選抜選手団で台湾に海外遠征へ！！



夏の東京私学大会でベスト16決定戦に進出！！実践学園と対戦！！



夏季大会Aブロック第3位！春高予選まであと2つに迫る！！



新人リーグ戦5戦全勝で優勝！4年連続で都大会出場へ！！東京立正と対戦！



東京私学大会 2季連続で東京ベスト16決定戦進出！！八王子実践と対戦！

9・10月の活動

◆9月下旬より新チームスタート！！

- 「後悔」という言葉の重みを忘れない
- 大会のように練習し、練習のように試合に臨む



練習風景





練習試合1回目 令和2年9月27日(日)

会場:本校

対戦:千葉県立国府台高校

vs 千葉県国府台

A〇25-8●A A〇25-19●A B〇25-20●A A〇25-16●A A〇25-12●A
A〇25-19●A

▽3年生が現役中から数セットずつ練習試合を重ねてきましたが、新チーム発足後としては初めての練習試合となりました。初めての練習試合はフレンドカップの仲間の国府台高校。国府台高校のみなさんの校歌斉唱の素晴らしさ、ストレッチの取り組み方、礼儀正しさなど、私たちに足りないものを多く学びました。

練習試合2回目 令和2年10月1日(祝)

会場:淑徳

対戦:淑徳 杉並学院

※中止

▽諸事情により練習試合は中止に。前日に上野学園に練習を受け入れて頂きました。

練習試合2回目 令和2年10月1日(祝)

会場:上野学園

対戦:上野学園 都墨田川

vs 上野学園

A〇25-10●A A〇25-16●A

vs 都墨田川

A〇25-18●A A〇25-10●A

▽自分たちの課題、目標が達成できず、課題が残る試合に…。急遽、練習試合のお仲間に入れて頂いた上野学園さん、都墨田川さんに感謝です。

練習試合3回目 令和2年10月4日(日)

会場:千葉県国府台

対戦:千葉県国府台

vs 千葉県国府台

A〇25-14●A A〇25-21●A BB●14-25〇A A〇25-17●A B●20-25〇A
A〇25-21●A

▽午前中に学校練習し、その課題をもって臨んだ午後からの練習試合。課題は少しできましたが、まだまだ練習が必要と感じた1日でした。

練習試合4回目 令和2年10月11日(日)

会場:埼玉県西武台

対戦:埼玉県西武台

vs 埼玉県西武台(3年生含む)

A〇25-7●A A〇25-7●A B〇25-22●A A〇25-14●A B〇25-14●A
A〇25-7●A A〇25-7●A

▽フレンドカップの仲間の西武台と久しぶりの練習試合。Aチーム、Bチームとも、少し成長した姿をみることができました。

練習試合5回目 令和2年10月25日(日)

会場:千葉県植草学園 千葉県千葉商業

対戦:千葉県植草学園B 千葉県千葉商業 千葉県四街道 千葉県千葉高校 淑徳

vs 千葉県植草学園B

A●17-25○B A○25-20●B B●18-25○C B●18-25○C B●10-25○C

vs 千葉県千葉商業

A●17-25○B A○25-20●B B●18-25○C B●18-25○C B●10-25○C

vs 千葉県四街道

A●20-25○A A○25-14●

vs 千葉県千葉高校

※会場が別のため対戦しませんでした。

vs 淑徳(3年生含む)

A●23-25○A A●21-25○A

▽2年生1名が骨折で不在の中、千葉県の強豪校を中心に全日練習試合をしました。格上のチームでしたが臆することなく試合をすることができ、自信をつけることができました。3年生のいる淑徳高校にも善戦できたのはチームの自信になりました。

11月の活動

◆新チームで1か月半が経ちました。

◇大会で力の発揮ができる日常を。

◇大会で力の発揮ができる練習を。



伝統のマナーアップ週間を再開しました！まずは校内清掃から！



新人選手権大会予選リーグ第1位通過！！3回戦ベスト16松蔭に善戦！



練習試合6回目 令和2年11月1日(日)

会場:埼玉県西武台

対戦:埼玉県西武台

vs 埼玉県西武台

▽乱打ゲーム形式での合同練習を多く重ね、両チームともレシーブフォーメーションを確認し合いました。また是非お願いします。

初めての公式戦 令和2年11月3日(火) 新人選手権大会予選①

会場:都立足立新田高校

1回戦(リーグ形式)

対戦:都立橘 都立国際

vs 都立橘

○25-4● ○25-6●

vs 都立国際

○25-5● ○25-7●

▽2年生1名が骨折で不在のまま臨んだ新チーム初の公式戦。公式戦本番という舞台で自分のバレーができるかどうか心配でしたが、最後まで気を抜かずに出ることができました。

練習試合8回目 令和2年11月8日(日)

会場:淑徳

対戦:淑徳 東海大高輪台 杉並学院

vs 淑徳

A○25-17●A A○25-17●A A○25-12●A

vs 東海大高輪台

A○25-22●A A●15-25○A A○25-21●A

vs 杉並学院

A○25-18●A A○25-20●A A○25-12●A A○25-15●A

▽都大会常連のチームでの全日練習試合。各チームの礼儀やマナーの素晴らしさに多くを学んだ1日でした。1日を通して1セットしか落とさず、よく頑張ったと思います。

練習試合9回目 令和2年11月14日(土)

会場:千葉県国府台

対戦:千葉県国府台 千葉県千葉商科大付属

vs 千葉県国府台

A○25-14●A A○25-3●A

vs 千葉県千葉商科大付属

A○26-24●A A○26-24●A A○25-20●A

▽県大会出場校との練習試合。最終セットはチームに課題を与えて取り組ませましたが、しっかり課題に取り組みながら試合を進めることができました。

練習試合10回目 令和2年11月15日(日)

会場:埼玉県鷲宮

対戦:埼玉県鷲宮 埼玉県幸手桜

vs 埼玉県鷲宮

A○25-19●A A○25-16●A B●17-25○B B○25-23● A●23-25○

A○25-14●

vs 埼玉県幸手桜

A○25-23●A A○25-17●A A●24-26○A A●16-25○

▽県大会出場校との練習試合。午前中は大会と同じように試合に臨ませ、午後の2セットは課題ゲームにしました。まだ課題がうまく出来ず、練習が必要と感じた午後でした。

公式戦 令和2年11月22日(日) 新人大会①

会場:都立青井高校

対戦:恵泉女子 松蔭

2回戦
vs 恵泉女子
○25-10 ● ○25-1●

3回戦
vs 松蔭
●22-25○ ●15-25○

▽2回戦、3回戦ともに自分たちらしいバレーボールを貫くことができた試合でした。松蔭に勝つことを目標に練習をしましたが、松蔭の強さを体験したことで、さらなる練習が必要と感じた学びの多い大会となりました。

練習試合14回目 令和2年11月29日(日)

会場: 埼玉県所沢中央
対戦: 埼玉県所沢中央 埼玉県川越初雁
vs 埼玉県所沢中央
vs 埼玉県川越初雁

◆新型コロナウイルス感染者急増のため中止。

12月の活動

◆新チームで2か月半が経ちました。

▽心に常に鉢巻を。鉢巻をつけての練習開始。
▽立ち止まって挨拶の再徹底。心の反応力の向上を。



体育館練習



より大会を意識して練習するため、日頃の練習から鉢巻をしめるようになりました。冬休み中は大学生のOGが積極的に参加してくれたのでコーチをお願いし、充実した練習ができました。

筋力トレーニング





春の大会に向けて大きく飛躍するために筋力トレーニングをさらに強化。例年以上に筋力トレーニングに取り組んでいます。

補助審判練習



勝ち上がったチームへのリスペクトに心掛けるよう補助審判の練習も行います。

校外清掃活動



コロナ禍で中断していた校外清掃活動でしたが、冬休みの通勤時間以外の時間に人流の少ない場所を選び、再開しました。

K-1GP(スポーツ大会)





私学大会が順延となったため、K-1GP(スポーツ大会)を開催。1年生は、合宿、顧問宅訪問、新年初登山、新年会、祝勝会と何もバレー部の伝統行事を体験できずにいましたので、初めてのスポーツ大会をととても喜んでいました。

レクリエーション



冬休み練習中はストレッチをした後、より一体感を深めるためマネージャーも入れたレクリエーション(罰ゲーム付)を毎回取り入れました。毎回、内容が違うので、みんな楽しみにするようになりました。みんな真剣にやるので、とてもよいアップになりました。

私学バレーボール選手権大会









10月、11月の千葉、埼玉遠征で強いチームと試合をすることに喜びを感じるようになった新チーム。私学選手権大会は2季連続東京ベスト32のため1回戦はシード。2回戦で晃華学園と戦いました。私学選手権大会の目標はベスト16決定戦まで勝ち残って淑徳SCと対戦し、強敵相手にも自分たちらしさを貫くことでした。しかしながら、大会は新型コロナウイルス感染者急増に伴い、順延、そして中止に。3回戦も実施されることなく大会が終了となりました。

練習試合15回目 令和2年12月6日(日)

会場:本校

対戦:杉並学院

vs 杉並学院

AO25-12●A A●22-25OA B●22-25OB AO25-19●A AO25-19●A
AO25-10●

▽2学期の最終試合。緊張感が薄れ、慢心を感じる試合となり、チームが情性に流されているのを痛感させられた1日となりました。

公式戦 令和2年12月13日(日) 東京私学バレーボール選手権大会①

会場:桐朋女子高校

対戦:晃華女子

2回戦(前大会ベスト32のため1回戦はシード)

vs 晃華女子

O25-5● O25-14●

▽勝利はしましたが、少しずつチームの綻びを感じる1戦となりました。新チームの新鮮さが薄れ、チームの引き締めをしなくてはならないと感じた1日でした。

公式戦 令和2年12月20日(日) 東京私学バレーボール選手権大会②

会場:桐朋女子高校

対戦:帝京

3回戦

vs 帝京 新型コロナウイルス感染者急増のため1月17日(日)に順延

▽ 新型コロナウイルス感染者急増のため1月18日(日)に順延

練習試合18回目 令和2年12月23日(水)

会場:日大櫻丘

対戦:日大櫻丘

vs 日大櫻丘

A●19-25○A A●20-25○A A●12-25○A AO25-17●

BO25-12●B BO25-15●B BO25-8●B BO25-22●

▽筋トレ強化に伴い、筋肉痛で動きが悪かった1日でしたが、最終セットは本来の自分たちらしいプレーを立て直すことができました。

練習試合19回目 令和2年12月24日(木)

会場:本校

対戦:都深川

vs 都深川

AO25-9●A AO25-11●A AO25-2●A B●20-25OB AO25-16●

AO25-11●

▽前日の日大櫻丘戦の反省をもとにチームの立て直しとして挑んだ練習試合。自分たちらしくあることが大切なことを改めて学び直した1日となりました。

練習試合20回目 令和2年12月26日(土)

会場:本校

対戦:江東区立深川第三中学校

vs 深川第三中学校

◆新型コロナウイルス感染者急増のため中止。

練習試合21回目 令和2年12月27日(日)

会場:本校

対戦:足立区立六月中学校 足立区立蒲原中学校

vs 六月中学校

▽合同練習と練習試合を行いました。

練習試合22回目 令和2年12月28日(月)

会場:本校

対戦:東海大高輪台

vs 東海大高輪台

◆新型コロナウイルス感染者急増のため中止。

練習試合23回目 令和2年12月29日(火)

会場:千葉県千葉商科大付属

対戦:千葉商大 千葉県立千葉

vs 千葉商科大付属

vs 千葉県千葉

◆新型コロナウイルス感染者急増のため中止。

明けましておめでとうございます！本年もよろしくお願いいたします！





コロナ禍のまま迎えた2021年。
昨年は、練習、試合、大会、合宿など、貴重な成長の機会を奪われた1年でした。
今年もまだまだ感染者の減少が期待できない日々が続いておりますが、落ち着きましたら是非練習試合などをお願い致します。
皆様のご健康を心よりお祈りいたします。
コロナにはくれぐれもお気をつけください。

1月の活動

- ◆新チームで3か月半が経ちました。
- ◆2度目の緊急事態宣言が発令。
- ◆現在は部活動中止のため自主トレをしています。



現在、女子バレーボール部は昨年末からの新型コロナウイルス感染者急増に伴い、12月29日より部活動を停止しています。また、緊急事態宣言の発令に伴い、学校での部活動が全面中止となり、現在は、各自が自主トレーニングを行い、その様子を動画で撮影。顧問に動画を送信し、顧問が一つのショートムービーに編集し直して、部員、保護者に配信し、それぞれのモチベーションの維持に努めています。部活動は1月31日まで中止予定です。

練習試合24回目 令和3年1月3日(日)

会場: 淑徳大学
対戦: 淑徳 ほか
vs 淑徳

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止

練習試合25回目 令和3年1月4日(月)

会場: 淑徳大学
対戦: 淑徳 ほか
vs 淑徳

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止

練習試合26回目 令和3年1月11日(日)

会場: 東京女子学院
対戦: 東京女子学院
vs 東京女子学院

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止

練習試合27回目 令和3年1月16日(土)

会場: 本校
対戦: 千葉県国府台 目黒学院
vs 千葉県国府台
vs 目黒学院

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止

公式戦 令和3年1月17日(日) 東京私学バレーボール選手権大会②

会場: 桐朋女子高校
対戦: 帝京

3回戦

vs 帝京 新型コロナウイルス感染者急増のため大会中止

◆2度目の緊急事態宣言により大会中止。

練習試合29回目 令和3年1月23日(土)

会場:千葉県国府台

対戦:千葉県国府台

vs 千葉県国府台

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止

練習試合30回目 令和3年1月30日(土)

会場:台東区立忍岡中学校

対戦:台東区立忍岡中学校

vs 台東区立忍岡中学校

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止

公式戦 令和3年1月31日(日) 東京私学バレーボール選手権大会③

会場:桐朋女子高校

対戦:未定

5回戦

vs 未定

◆2度目の緊急事態宣言により大会中止。

2月の予定

- ◆新チームで4か月半が経ちました。
- ◆2度目の緊急事態宣言が発令。
- ◆現在は部活動中止のため自主トレをしています。



現在、女子バレーボール部は2度目の緊急事態宣言の延長に伴い、12月29日より部活動を停止しています。現在は、各自が自主トレーニングを行い、その様子を動画で撮影。顧問に動画を送信し、顧問が一つのショートムービーに編集し直して、部員、保護者に配信し、それぞれのモチベーションの維持に努めています。

練習試合32回目 令和3年2月7日(日)

会場:埼玉県国際学院高校

対戦:埼玉県国際学院

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止。

練習試合33回目 令和3年2月11日(祝)

会場:本校

対戦:東海大高輪台

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止。

練習試合34回目 令和3年2月23日(日)

会場:埼玉県伊奈総合高校

対戦:埼玉県伊奈総合

◆2度目の緊急事態宣言により部活動中止。

3月の予定



- ◆新チームで5か月半が経ちました。
- ◆制限付きで部活動が再開しました。



緊急事態宣言の解除により、段階的に部活動が再開しました。最初の2週間が週3日以内、1日2時間以内。次の2週間が週4日以内、1日2時間以内と制限がありますが、体育館練習ができない日はすべて各自の自主トレーニングで補い、週6日の活動は昨年2月より継続しています。とにかく体育館でバレーボールができるのが嬉しいです！練習試合はBチーム、OG戦で補い、練習試合はまだしていません。

体育館練習再開！！



4月の予定

- ◆新チームで5か月半が経ちました。
- ◆制限付きで部活動を行っています。
- ◆練習試合を再開しました！



練習試合35回目 令和3年4月11日(日)

会場: 淑徳高校

対戦: 淑徳高校 豊南高校

vs 淑徳 ○25-14● ●22-25○

vs 豊南 ●20-25○ ○25- 8●

◆3か月振りの練習試合。感覚を取り戻すことをテーマに試合をしました。

練習試合36回目 令和3年4月18日(日)

会場: 本校

対戦: 杉並学院

vs 杉並学院 AO25-16●A AO25-11●A A●22-25○A BO25-10●B A●23-25○A

◆エースがオープンキャンパスで不在でしたが、よい試合をすることができました。

春季リーグ戦全勝第1位！5年連続都大会出場へ！！

※連続出場には新人リーグ戦を含みます。





春季大会予選(リーグ戦) 令和3年4月25日(日)

会場:十文字高校

対戦:都立立川高校 貞静学園高校

[リーグ戦]

第1試合 ○昭和第一 {2(25- 9 25- 8)0} 都立立川●

第2試合 ○都立立川 {2(25-11 25-20)0} 貞静学園●

第3試合 ○昭和第一 {2(25- 7 25- 7)0} 貞静学園●

◆12月の私学大会以来となる公式戦。練習試合も2回と当日を迎えるまで不安でしたが、ほぼミスもなく安定した試合をすることができました。

練習試合38回目 令和3年4月29日(祝)

会場:東京女子学院

対戦:東京女子学院高校 東京女子学院中学校 東京成徳高校

vs 東京成徳 ●19-25○ ●14-25○ ●13-25○

vs 東京女子学院 ●15-25○ ●15-25○ 1年○25-14●中学 1年○25-14●中学

1年○25-15●中学

◆力負けしました。完敗です。

練習試合39回目 令和3年5月2日(日)

会場:本校

対戦:錦城学園

A○25-23●A A○25-13●A B○29-27●B A○25-14○A A○25-9●A

◆エース不在の中での練習試合でしたが、都大会出場校相手に自分たちのプレーをすることができました。

練習試合40回目 令和3年5月3日(祝)

会場:本校

対戦:杉並学院

A○25-10●A A○25-21●A B○25-10●B A○25-11●A A○25-12●A

◆都大会出場校相手に自分たちのプレーをすることができ、自信のついた試合となりました。

5月の予定

- ◆新チームで6か月半が経ちました。
- ◆制限付きで部活動を行っています。



春季大会 令和3年5月5日(祝)

会場:杉並学院

対戦:日体荏原

[1回戦]

vs 日体荏原 ●15-25○ ●12-25○

◆大会で自分たちのプレーを出し切ることの難しさを痛感した一戦となりました。

春季大会 令和3年5月30日(日)

会場:都立千早

対戦:

[1回戦]





1年生の夏、夏季大会準決勝で1セット目に躓き、春高予選まであと一步で引退。
2年生の夏、全日本選手権大会で力を出し切れず2日目で敗戦。
今年の3年生は、それぞれの先輩たちの引退の姿を目に焼き付けていました。
先輩たちが残していった「後悔」というそれぞれの言葉。

「なんで、あそこでミスしてしまったんだろう…」

敗戦を美化せず、悔しさをにじませ引退していった先輩たち。
新チームは先輩たちの「後悔」という言葉を胸にスタートしました。

—— 大会のように練習し、練習のように試合をする。

新チームの合言葉はこのような経緯から自然と決まりました。
鉢巻き練習という新たな伝統を開始したのも、このチームからとなります。
鉢巻きはかつて男子チームが締めていた年季の入ったもの。
筋トレ後にはプロテインを服用し、体づくりも強化しました。
千葉、埼玉に遠征し、強豪校に胸をかりて、何度も何度も練習試合を重ねました。

「強いチームと試合をするのが楽しい。」

そう言って遠征を楽しみにしてくれました。
しかし、度重なる緊急事態宣言により都外のチームとの遠征試合ができなくなり、そもそもの練習試合や練習まで中止になったり、制限されたりと、出来つつある「カタチ」は何度も振り出しに戻されてしまいました。

新人選手権大会でのvs松蔭戦、中止となり戦うことができなかった私学選手権大会でのvs淑徳SC戦、春季一部大会でのvs日体荏原戦をはじめ、強豪校と戦うことを楽しみに練習を重ね3年生は頼もしい限りでした。

1年生の頃から仲の良かった3年生。

コロナ渦で練習試合も少なく、自主トレで練習時間を補うばかりでしたが、最後までバレーボールを続けてくれてありがとう。

保護者の皆様。

ご家庭での自主トレーニングが長く続きましたが、動画の撮影、自主トレの手伝いなど、ご理解とご協力を賜り、ありがとうございました。

これからは後援会として昭和第一高校女子バレーボール部へのご支援を心よりお願い申し上げます。

令和3年6月16日 顧問 岸本 正伸

中学生・受験生のみなさんへ

中学生、受験生のみなさん。こんにちは。

SDH昭和第一高等学校女子バレーボール部は、随時、部活動見学、体験入部を受けつけております。
ご希望の場合は、03-3811-0636(昭和第一高校)女子バレーボール部顧問までご連絡ください。
女子バレーボール部一同、心よりお待ちしております。