

杉並区立東原中学校

令和5年度 男女バスケットボール部の活動指針・活動計画

令和5年10月2日

1 指導体制

顧問教諭等氏名		外部指導者氏名	資格等や経験	頻度
主顧問				週4回
主顧問				週4回
副顧問				

- 2 部員数** 1年生 23人 (男子15人 女子8人)
 2年生 12人 (男子9人 女子3人)
 3年生 4人 (男子1人 女子3人) 合計 39人

(令和5年10月現在)

3 年間目標

「一人一人が“選手”としての自覚をもち、最後まで全力でやりきるチーム」
バスケットボールは、チームスポーツなので一人では決してできないスポーツである。一人一人がただバスケットボールをプレーするのではなく、“選手”としての自覚を常にもち、チームで協力しプレーしていく。バスケットボールという競技を通して部員一人一人の自主性や人間性を高めていく。また、応援されるチームになるためには部員一人一人が部活動だけでなく、様々なことに対して手を抜かず一生懸命取り組んでいく姿勢と何事もあきらめずに挑戦し続ける姿勢を育んでいこうと考えている。

4 活動指針

(1) 部活動の質と量の工夫

あいさつを徹底し、最初と最後にミーティングを行う。明確な目標を伝え、短時間で集中して行う。

(2) 練習や試合等の計画

大会の前に実践力を高めるために他校と練習試合を行う。長期休業中は、まとまった時間の中で、集中して行っていく。

(3) 基本的な生活習慣や規範意識等の健全育成

どんな人ともあいさつを励行、人の話にしっかりと耳を傾ける姿勢、返事を必ずしていくようにしていく。

(4) 生徒相互の人間関係

チームのメンバーとして、お互いに励まし合いながら、フェアプレーを意識する。

(5) 学習と部活動

部活と学業の両立を定着させるため、家庭での学習活動を確保するよう保護者と連携をとって指導する。

5 指導内容・方法

(1) 体罰・暴言等のない指導

顧問と外部指導員が行き過ぎた指導がないように、校内や校外の研修会に参加し、体罰・暴力的指導の根絶について共通理解を図っている。

(2) 生徒間の暴力禁止

日頃から顧問が活動を見守り、暴力がないように一人一人に目を配っていく。

(3) 外部指導員の活用

顧問と外部指導員のそれぞれの役割を考え、両者が話し合ったうえで、共通理解を図り、指導を行う。

6 活動計画

(1) 活動日： 月・水・木(女子のみ)・金(男子のみ)・土曜日
(日曜日に大会がある場合、土日練習をする場合がある。)

(2) 活動時間： 平日 放課後～18:00
休日 8:30～12:30

(3) 休養日：火・木(男子のみ)・金(女子のみ)・日曜日
(土日に練習する場合は平日の練習を休養日とする。)

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	4	第3ブロック大会
	5	部活動保護者会 (指導方針等を説明)
	6	夏季選手権大会
	7	小学生部活動体験 夏季休業中 練習及び練習試合
	8	
2 学期	9	新人大会シード権大会
	10	新人大会
	11	冬季休業中 練習及び練習試合
	12	

3学期	1	
	2	1年生大会
	3	冬季休業中 練習及び練習試合

- (5) 参加予定大会
公式戦：春季大会、夏季選手権大会、新人大会

7 過去3か年の主な実績
選手権大会：1回戦