

杉並区立高井戸中学校

女子バスケットボール部の活動方針・活動計画

1 指導体制

顧問 2名 外部指導員 0名

2 部員数 1年生6人 2年生5人 3年生4人 合計15人

	男	女	合計
1年	0	6	6
2年	0	5	5
3年	0	4	4
合計	0	15	15

3 年間目標

(1) 目指す生徒像

本校の代表という自覚を持ち、高い目的意識と自ら実践する強い行動力をもって目標に達成すべく日々努力を重ねる。

(2) 競技大会等の具体的到達目標

都大会ベスト16を目指して日々の練習に取り組む。

4 活動方針

(1) 部活動の質と量の工夫

練習は、モチベーションを高くもち、短時間に質の高い練習を集中して行う。

(2) 練習や試合等の計画

月に3, 4回程度、競技力を高めるため他校と練習試合を行う。

(3) 基本的な生活習慣や規範意識等の健全育成

人間力を育むとともに、誰からも応援されるような人・部活になる。

他の模範となれるような学校生活・部活動を行う。

(4) 生徒相互の人間関係

チームとして行動していく中で、協調性や責任感を涵養する。

5 指導内容・方法

(1) 体罰・暴言等のない指導

科学的トレーニングやスポーツ理論に基づく指導により、体罰、暴力的指導や行き過ぎた指導のない部活動を展開していく。

(2) 生徒間の暴力禁止

運動部活動の生徒に対して、上級生から下級生へ、同級生同士の間で暴力により問題解決を図ることのないよう、日頃からの指導を徹底する。

(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について基本的な考え方を示し、両者が話し

合った上で共通理解を図り指導を行う。

(4) 事故防止・安全配慮

生徒の心身の発育・発達や体力・技術等を適切に把握して活動計画を立てる。

練習中は常に自由に水分補給できる環境を整え、脱水症状及び熱中症を予防する。

また、生徒に積極的に水分補給をするよう促す。

6 活動計画

(1) 活動日：火、水、金、土、日※基本的に土日はどちらか一日

(2) 活動時間： 平日 16:00~18:00
休日 午前または午後の3時間程度

(3) 休養日：月、木、土日のどちらか一日

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	4	生徒会部活動紹介 春の地区大会予選
	5	部活動保護者会（指導方針等を説明）
	6	都大会 夏季休業中 練習及び練習試合 基礎練習
	7	夏の地区大会予選 都大会
	8	夏季研修大会
2 学期	9	
	10	新人大会予選
	11	
	1 2	冬季休業中 練習及び練習試合
3 学期	1	
	2	冬季研修大会 一年生大会(杉並区内)
	3	春季休業中 練習及び練習試合

(5) 参加予定大会

公式戦：夏季大会、新人大会