

杉並区立富士見丘中学校

令和6年度 男女バスケットボール 部の活動方針・活動計画

令和6年 5月11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	非公開		3年	不定期
副顧問				

2 部員数 1年生12人 2年生9人 3年生9人 合計30人
(令和6年5月現在)

3 年間目標

仲間や周囲に感謝の気持ちを持ち、集団競技における団結や達成感を感じさせる。

4 活動方針

- ・バスケットボールを通して、次の5つのことを身に付けるよう努める。
- ① 「走・跳・投」の基礎体力をつけ、生涯スポーツの礎を築けるよう努める。
- ② 仲間やルール、マナー、挨拶を大切に、心身の向上に努める。
- ③ 中学生の本分である学習に積極的に取り組み、部活動との両立に努める。
- ④ 勝負ごとにこだわる姿勢を身に付け、自身の鍛錬に努める。
- ⑤ チームスポーツの意義を理解し、その中で個の力を最大限発揮できるよう努める。

5 指導内容・方法

基本的な技能の練習（フットワーク・体幹強化・パス・ドリブル・シュート等）
ゲーム形式の練習、練習試合、公式試合

6 活動計画

- (1) 活動日：火・水・(木)・金・(土) ※男女や時期により異なる
- (2) 活動時間： 平日 16:00～18:00 (2時間)
休日 8:00～11:00 または 11:00～14:00 (3時間)
- (3) 休養日： 月曜日、(木曜日)、(土曜日)、日曜日

(4) 年間活動予定

学 期	月	内 容
1 学期	4	・仮入部のための準備
	5	・仮入部期間
	6	・練習、練習試合
	7	・大会参加
	8	・夏休みの練習 等
2 学期	9	・練習、練習試合
	10	・大会参加
	11	・冬休みの練習
	12	等
3 学期	1	・小学生体験の準備
	2	・小学生体験
	3	・練習、練習試合 ・1年生大会参加 ・春休みの練習 等

(4) 参加予定大会

春季大会、夏季選手権大会、秋季研修大会、新人大会、1年生大会

7 過去3か年の主な実績

R 3 夏季大会 男子出場 女子ベスト16
 秋季大会男子ベスト16
 春季シードポイント付与大会 男子ベスト8
 R 4 夏季大会 男子・女子ベスト16
 秋季大会 男子ベスト16 女子ベスト8
 R 5 春季大会 男子出場 女子ベスト8