

令和5年度 バスケットボール部 年間活動計画

目標

バスケットボールを通して、～社会人として必要な資質・能力を育てる～

月	主な大会	7年	8年	9年	各期における生徒・顧問の活動概要							
					期	生徒	顧問					
4		基礎準備期	専門準備期	完成期	基礎準備鍛錬期・専門準備鍛錬期・完成期・試合	<ul style="list-style-type: none"> ・一般体力トレーニング ・ルール、練習方法等学習 (7、8年) ・基本運動主体の活動 (8年) ・体力養成 (7、8年) ・試合見学 (7年) ・基本動作の習得 (9年) 	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲の向上 ・トレーニング計画立案 ・練習場所等の確保 ・リーダーの養成 ・実態の把握 ・基本的練習計画の指導 					
5	スプリングカップ							<ul style="list-style-type: none"> ・練習内容等の理解 (8年) ・基本動作の練習 ・総合的練習 (戦術の確認) (8、9年) ・大会への参加 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的技能の練習計画立案 ・戦術練習の計画立案 ・リーダーの養成 			
6	市総合体育大会											
7	中央地区総合大会 県民総合体育大会	基礎鍛錬期	専門鍛錬期	完成期		基礎準備鍛錬期・専門準備鍛錬期・完成期・試合	<ul style="list-style-type: none"> ・一般体力トレーニング ・ルール、練習方法等学習 ・基本的技能の練習 (部分練習) ・専門的技能の練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・練習強度の調整 ・課題練習計画立案 ・専門的トレーニング指導 ・専門的トレーニング計画立案 ・リーダーの指導 				
8	市交流大会								<ul style="list-style-type: none"> ・専門的技能の練習 ・冬季トレーニング (体力強化) ・基礎的練習 (部分練習) 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題練習指導 ・リーダー指導 		
9	市新人陸上											
10	中央地区新人体育大会 県中学校新人体育大会	基礎鍛錬期	専門鍛錬期	完成期			基礎準備鍛錬期・専門準備鍛錬期・完成期・試合	<ul style="list-style-type: none"> ・体力トレーニング ・基礎的練習 ・戦術練習の把握 	<ul style="list-style-type: none"> ・総合的練習指導 ・課題練習指導 ・実践的練習計画立案 ・全体活動の総括 			
11										<ul style="list-style-type: none"> ・専門的トレーニング指導 ・練習強度の調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題練習指導 ・リーダー指導 	
12												
1	NEWYEAR カップ 毎日・茨城杯	基礎準備期	専門準備期	完成期				基礎準備鍛錬期・専門準備鍛錬期・完成期・試合	<ul style="list-style-type: none"> ・専門的トレーニング指導 ・練習強度の調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題練習指導 ・リーダー指導 		
2											<ul style="list-style-type: none"> ・総合的練習指導 ・課題練習指導 ・実践的練習計画立案 ・全体活動の総括 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題練習指導 ・リーダー指導
3												