

令和3年度 女子バスケットボール部 年間活動計画

目 標	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボールを通して自分を磨くことの大切さが分かる。 ・服装，生活態度をしっかりすることの大切さが分かる。 ・技術・技能を高め合うことの大切さが分かる。 ・精一杯頑張ることの大切さが分かる。
--------	---

月	行事等	1年	2年	3年	各期における生徒・顧問の活動概要		
					期	生徒	顧問
4	市バスケットボール大会 25日 市総合	基礎準備期	専門準備期	完成期	基礎準備期 鍛錬期 ・ 専門準備期 鍛錬期	<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 (1,2年) ・基本運動主体の活動 (2年) ・体力養成 (1,2年) ・試合見学 (1年) ・基本動作の習得 (3年) ・練習内容等の理解 (2年) ・基本動作の練習 ・総合的練習 (戦術の確認) (2,3年) ・大会への参加 	<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 ・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
5	東海近郊大会 8,9日 東海中						
6	市総体 17,18日 市総合						
7	中央総体 6/29～1日 市総合他 県民総体 22～24日 市総合	基礎鍛錬期	専門鍛錬期	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	市中学校交流大会 未定 市近郊大会 未定						
9	市新人 22,24日 市総合						
10	中央新人 5～7日 市総合他 県新人 27～29日 池ノ川さくらアリーナ	基礎鍛錬期	専門鍛錬期	基礎準備 ・ 基礎鍛錬期	<ul style="list-style-type: none"> ・専門的技能の練習 ・冬季総合トレーニング (体力強化) ・基礎的練習 (部分練習) ・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"> ・専門的トレーニング指導 ・練習強度の調整 ・課題練習指導 ・リーダー指導 ・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							
12							
1	市 NewYearCup 未定 毎日・茨城杯中学生バスケットボール大会 22日～ 未定						
2							
3							