

女子バスケットボール 部年間活動計画（案）

<p>活動目標</p>	<p>①練習や試合をとおして、強い精神力・体力を養う。                  ②規律正しい活動をとおして、集団生活の在り方を学ぶ。                  ③バスケットボールの楽しさを味わうとともに、自己の存在意識を高め、学校生活に張りをもたせる。                  ④共通の目標に向かって活動する中で、協力や思いやりの精神を学び、友情を育む。</p>											
<p>月</p>	<p>4</p>	<p>5</p>	<p>6</p>	<p>7</p>	<p>8</p>	<p>9</p>	<p>10</p>	<p>11</p>	<p>12</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>
<p>活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)</p>	<p>月～金:総下校15分前まで                  土日:午前もしくは午後                   基礎練習(パス・ドリブル・シュート等)                  学校総合体育大会に向けた、実戦練習・チーム練習                  練習試合</p>				<p>月～金:総下校15分前まで                  土日:午前もしくは午後                   基礎練習(パス・ドリブル・シュート等)                  新人人間東部大会に向けた、実戦練習・チーム練習                  練習試合</p>				<p>月～金:総下校15分前まで                  土日:午前もしくは午後                   体力・身体作り(筋カトレーニング・走り込みなど)                  基礎練習(パス・ドリブル・シュート等)                   練習試合などの実戦形式の練習</p>			
<p>休養日 オフシーズン</p>	<p>主に水曜日                  土日のどちらか一日                  夏休み(計15日程度の休養日を設ける。また閉庁日の前後をオフシーズンとする。)</p>				<p>主に水曜日                  土日のどちらか一日                  冬休み(計7日間程度)</p>				<p>主に水曜日                  土日のどちらか一日                  春休み(4日程度)</p>			
<p>参加予定大会 日程等</p>	<p>学校総合体育大会</p>				<p>新人人間東部大会</p>							
<p>備考</p>												