

# 女子バスケットボール部年間指導計画

## 活動目標

- ・バスケットボールを通して強いからだと正しい心を身に付ける
- ・強い意志と最後までやりぬく精神力と判断力を身に付けさせる
- ・各自の技能向上を図るとともにチームワークを養う
- ・礼儀を重んじ、将来に生かせる人間形成を図る

月	主な行事	大会等	指導のめあて	活動内容	活動の留意点
4	1学期始業式 入学式 家庭訪問		生活習慣の基本定着 基本確認と応用技の習得 新入部員の指導	あいさつ・礼儀・声 基本練習 練習試合	役割分担の決定 基本の反復練習
5	家庭訪問 冒険活動教室	地区春季 マロニエカップ参加	大会に向けての心構え 健康管理	練習試合 応用・実践練習	ディフェンスからオフェンスへの切り替えの意識を速くさせる
6	修学旅行 1学期中間テスト 体育祭 教育相談	県春季	チームワークの指導	練習試合	1本のシュート・1本のディフェンスの大切さを理解させる
7	総合訪問 教育相談 夏休み前全校集会 三者懇談	地区総体 県総体	総体に向けての総合力の確認 練習を通して精神力と集中力を養う	チーム別スカウティング 練習試合	最後の努力をさせる 過去の結果の反省を生かす 最後まであきらめない、一体感のあるチーム作りを心がける
8	三者懇談 親子ふれあい除草	関東大会	新人チームの目標設定と意欲付け 基本の徹底	基本練習 練習試合 主将選出	新チームの人間関係作り
9	1学期期末テスト 社会体験学習	地区新人	大会の心構え 新人戦に向けての試合練習	簡単な応用技の習得	先輩の築いた伝統を受け継ぎ、日々の努力をさせる
10	社会体験学習 1学期終業式 2学期始業式 文化祭 合唱コンクール	県新人	基本技術の習得(ファンダメンタル)とスキルアップ	基本動作	動きの中で基本ができるようにする
11	三者懇談 教育相談 2学期中間テスト 土曜授業(16日)	県内10地区選抜大会	基本技術の習得(ファンダメンタル)とスキルアップ	基本動作	試合の中で1本でも多くのシュートを打てるようにする
12	冬休み前全校集会	県外遠征(千葉:富浦) ※富浦ウィンターカップ 宇都宮市バスケットボール協会会長杯	走り込みと体力作り ディフェンスカアップ 基本技術の向上と定着	走り込みと体力づくり ディフェンス練習	試合の中で1本でも多くのシュートを打てるようにする
1	3年学年末テスト 三者懇談	1年生大会 ブレックスカップ	走り込みと体力作り ディフェンスカアップ 基本技術の向上と定着	走り込みと体力づくり ディフェンス練習 ボールハンドリング ドリブル	走り込みの成果を発揮させる ボールハンドリング・ドリブルの技術向上
2	立志スキー教室 1・2年2学期期末テスト 3年生送る会		走り込みと体力作り ディフェンスカアップ シュートカアップ 基本技術の向上と定着	シューティング練習 ミニゲーム練習 ボールハンドリング ドリブル	試合に出場するチャンスを多く与える ボールハンドリング・ドリブルの技術向上
3	卒業証書授与式 修了式 離任式	県外遠征(埼玉:川越) ※川越カップ	ミニゲームによるスキルアップ	シューティング練習 ミニゲーム練習	新年度への意欲を高めさせる 精神力の向上を考えさせる