

(様式)

学校名 あきる野市立 増戸 中学校

令和7年度 女子バスケットボール部の指導方針等について

令和7年6月11日

## 1 指導体制

顧問教諭 2名

## 2 年間目標

### (1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像

「どこへ行ってもやっていける人間」を方針とする本校において、技術の習得だけではなく、高い規範意識を持った人間を育成する。

### (2) 競技大会の具体的目標

ブロック上位、都大会出場を目指して日々の練習に取り組む。

## 3 指導方針

### (1) 部活動の質と量の工夫

練習は、原則週に5日間とし、日曜日または土曜日と月曜日を休養日とする。  
外試合等で休養日を部活動にあてた場合は、翌週に休養日を設定する。

練習時間は、平日2時間程度、休日3時間程度を基本とし、モチベーションを高くもち、短時間に集中して行う。長期休業日期間中には、1週間程度の休養期間を設定する。

### (2) 練習や試合等の計画

月に数回、特に大会まえには遠征し、技術力を高める。

### (3) 基本的生活習慣や規範意識等の健全育成

思いやりのある行動、挨拶の励行など他の生徒の模範となるようにする。

### (4) 学習との両立

部活と学習を両立させるために、保護者と連携を取って指導する。

## 4 指導内容・方法

### (1) 生徒の人権に配慮した指導

科学的スポーツ理論に基づく指導により、無理、無駄のない部活動を展開する。  
とくに、体罰、暴力的行為や行きすぎた指導をしないように、顧問、生徒、保護者で共通理解を図る。

### (2) 生徒間の暴力防止

上級生、下級生間、また同級生同士間で、暴力行為がないように、日々指導を徹底する。

### (3) 外部指導員の活用

・外部指導員は活用せず、顧問が技術指導を行う。

### (4) 事故防止・安全配慮

- ・事故がないように、生徒の体力・技術等を把握して適切に指導する。
- ・週に一日は必ず休養日を設定する。

## 5 主な年間計画

学 期	月	内 容
1 学期	4	
	5	仮入部 保護者会
	6	第 8 ブロック選手権大会
	7	
	8	
2 学期	9	
	10	第 8 ブロック新人大会
	11	
	12	
3 学期	1	東京都新人大会
	2	
	3	多摩地区中学校バスケットボール大会 第 8 ブロック 1 年生大会

※ 公式戦及び宿泊を伴う活動については、必ず記載する。