

2023年度（高校バスケットボール）部の指導方針について

2023年4月作成

1 指導体制

2 年間目標

- ・3回戦突破し、シード権を勝ち取る。
- ・基礎体力・筋力をつけて、走って勝てるチームをつくる

3 指導方針

- ①常に感謝の気持ちを持って活動する
- ②バスケットボールを通じて、ルール・マナーを学び、コミュニケーション能力を高め、向上していけるチームづくり
- ③お互いを尊重し、学年関係なく皆で気配りの出来る人間になる
- ④全員バスケットボール(スタッフ含めて)

4 指導内容・方法

- ①短い時間を有効に使う(時間を無駄にしない)
- ②出来ないことにも積極的にチャレンジしていく環境作り
- ③文武両道(日常生活がプレイに影響する)
- ④何事にも全力で取り組む(失敗を恐れない)
- ⑤自分たちで解決方法を見つけて行動する(ミスは必ず取り返し、そのままにしない)

5 主な年間計画

学期	月	活動内容
1 学期	4	4月始めから春季大会(関東大会予選) 大会に向けての練習・練習試合
	5	5月第2週目より総体予選大会 大会に向けての練習・練習試合 高校3年生はこの大会をもって引退
	6	総体予選大会後、代替わりし、新チームとなつてからは基礎基本、筋力トレーニング、体力づくりをおこなう。
	7	暑さに対する対処、疾病・怪我の予防・知識・処置の理解
	8	今年度は合宿は行わない。練習試合などを多く組んで実践経験を積む。 夏季大会 大会に向けての練習・練習試合
2 学期	9	支部大会(9支部交流大会) 文化祭での招待試合
	10	新人大会に向けての練習・練習試合
	11	新人大会(新チームでの初めての公式大会)
	12	練習・練習試合 体育館・部室等大掃除
3 学期	1	中野区大会 運営及び会場校等を担当
	2	新ルールの理解とそれに伴う戦術・練習 春季大会に向けて練習・練習試合
	3	女子美との交流戦