

令和4年度鳥取県立鳥取湖陵高等学校弓道部年間活動計画

部員数	1年生 4名 2年生 1名 3年生 8名 合計 13名
顧問氏名	山本 実津子 清水 聡（五段・スポーツ指導員） 都宮 理奈子
活動日	月～土曜日
休養日	日曜日・祝日 GW 盆休み 年末年始休み 定期テスト期間中
活動時間	平常授業日（4～10月） 月～金・・・15：40～18：00 （11～3月） 月～金・・・15：40～17：30 短縮授業日・・・・・・・・・・・・・放課後 ～ 17：00 休日及び長期休業中・・・・・・・・・・・・・7：30～10：30 ※荒天（大雨等の気象警報）の場合は、前日21：00で警報解除が見込めない場合は休み。また、当日6：00の段階で警報が出ている場合も休み。
活動場所	鳥取湖陵高等学校 弓道場

活動目標	○弓道を通して、「真・善・美」を体現すべく、日々自分と向き合う姿勢を養う。 ○部活動を通して自分の決めたことをやり抜く姿勢を育てる。
------	--

月	活動内容	備考
4月	2・3年生 的前練習・競射練習・礼法練習 1年生 基礎トレーニング・礼法練習	1年生はストレッチと安全教育に重点を置く。
5月	2・3年生 的前練習・競射練習・礼法練習 1年生 基礎トレーニング・徒手・素引き・礼法練習	1年生は試合時の試合の運営補助員についての練習も行う。
6月	2・3年生 的前練習・競射練習・礼法練習 1年生 基礎トレーニング・徒手・素引き・礼法練習	上級大会出場がない場合、3年生は引退。
7月	2年生 近距離的前練習・的前練習・ 1年生 徒手・素引き・礼法練習・近距離的前練習	新体制での練習開始(新部長・副部長)
8月	2年生 近距離的前練習・的前練習・ 1年生 徒手・素引き・礼法練習・近距離的前練習	1年生は試合での所作・体配等の基礎を含む。
9月	1・2年生 近距離的前練習・的前練習・礼法練習 競射練習	試合の実践形式での練習中心。
10月	1・2年生 近距離的前練習・的前練習・礼法練習 競射練習	
11月	2年生 近距離的前練習・的前練習・ 1年生 徒手・素引き・礼法練習・近距離的前練習	上級大会出場の場合は10月と同様の練習。
12月	1・2年生 基礎トレーニング・射法八節の各動作と 各動作のつながりを修正する練習	
1月	1・2年生 基礎トレーニング・射法八節の各動作と 各動作のつながりを修正する練習	
2月	1・2年生 基礎トレーニング・射法八節の各動作と 各動作のつながりを修正する練習	
3月	1・2年生 近距離的前練習・的前練習・礼法練習 競射練習	試合の実践形式での練習中心。
備考		

