

別紙 2

鳥取県立米子東高等学校 バスケットボール部（男子）年間活動計画

|      |                                                                  |
|------|------------------------------------------------------------------|
| 部員数  | 男子 22 名 女子 3 名 合計 25 名                                           |
| 顧問氏名 | 第 1：谷本 祐貴 第 2：板持 俊博 第 3：東 維央里 第 4：秦 孝一                           |
| 活動日  | 月、火、(水)、木、金、土 or 日                                               |
| 休養日  | 土 or 日、(水)                                                       |
| 活動時間 | (平日) 月・火・木・金・・・2 時間 水・・・1 時間（ミーティング等）<br>(休日) 土 or 日・・・・・・2.5 時間 |
| 活動場所 | 第 1 体育館                                                          |

|      |                                                                                               |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 活動目標 | ○生徒の自主性を尊重しつつ、指導者の専門性を生かした高効率で科学的な練習・トレーニングを行う。<br>○県立高校における部活動を、有意義かつ持続可能なものとするためのロールモデルとなる。 |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|

| 月    | 公式戦等                | その他（練習試合、合宿等） | 練習内容                  |
|------|---------------------|---------------|-----------------------|
| 4 月  |                     |               | 県高校総体に向けての練習          |
| 5 月  | 県高校総体               | 高知遠征          | 県高校総体に向けての練習          |
| 6 月  | 中国選手権<br>U-18 リーグ戦  |               | 中国大会に向けての練習・新チーム基礎づくり |
| 7 月  | U-18 リーグ戦           |               | 新チーム基礎づくり・体づくり        |
| 8 月  | 全国高校総体<br>U-18 リーグ戦 | 夏季強化合宿        | 試合経験による課題発見と課題解決      |
| 9 月  | U-18 リーグ戦           |               | ウインターカップ・地区新人戦に向けての練習 |
| 10 月 | U-18 リーグ戦           |               | ウインターカップ・地区新人戦に向けての練習 |
| 11 月 | ウインターカップ県予選         |               | ウインターカップ・地区新人戦に向けての練習 |
| 12 月 | 西部地区新人戦             |               | 県新人戦に向けての練習           |
| 1 月  | 県新人戦                | 香川遠征          | 県新人戦に向けての練習           |
| 2 月  | 中国新人戦               |               | 中国新人戦に向けての練習・体づくり     |
| 3 月  |                     | 春季強化合宿        | 試合経験による課題発見と課題解決      |

備考

- お盆・年末年始にオフシーズンを設定します。
- 遠征・強化合宿に際して、適宜部費を徴収します。