

令和6年度

亀山市立関中学校バスケットボール部活動方針・活動計画書

顧問名 玉木 慎人
谷口 大魁

1 活動方針

- (1) バスケットボールのハンドリング、シュート、パス、ドリブルなど基礎技術を身につける。
- (2) バスケットボールを通じて、粘り強く、最後まであきらめない精神力を養う。
- (3) バスケットボールを通じて、仲間を尊重し、相手を思いやる心を養い、仲間とともに物事をやり遂げる楽しさを味わう。
- (4) バスケットボール部の活動は、チーム、家族、学校、など様々な人の協力により成り立っていることに気づき、感謝の気持ちを持つ。

2 部員数

3年生 5名 2年生 4名 1年 2名

3 活動内容

練習はハンドリング、シュート、パス、ドリブルなど基礎練習後、オフェンスやディフェンスなど複数人でのコンビネーション練習を行う。休日は日頃の練習の成果を確認するための練習試合、中体連や協会主催の公式試合に参加する。

4 活動時間や休養日

(1) 活動時間

① 始業前 7:30～8:00

② 平日放課後 放課後～

期間	終了時間
始業式 ～ 秋分の日	17:30
秋分の日の翌日 ～ 新人戦終了	17:15
新人戦終了 ～ 建国記念日	16:30
建国記念日の翌日 ～ 始業式の前日	17:15

③ 休日（長期休業を含む）

午前練習の場合 9:00～12:00

午後練習の場合 13:00～16:00

※大会や練習試合などの場合は一日活動する場合がある。

(2) 休養日

- ・原則毎週土曜日あるいは日曜日のどちらか1日と、放課後練習の休養日を毎週1日設定する。

5 活動計画（※部活動における主な行事を記入すること）

月	内 容	備 考
4	安部杯 亀山市中体連春季大会	
5		
6		
7	中体連総合体育大会	
8		
9	新人戦シード校決定戦	
10	中体連新人大会	
11		
12		
1	中勢大会	
2	1年生大会	
3		