

令和7年度 男子バスケットボール部の指導方針等と実績について

1 指導体制

顧問氏名		外部指導員氏名	資格等や経験
主顧問	笠島喜与都	矢嶋 千絵	
副顧問	平野尚輝		
副顧問			
副顧問			

2 年間目標

(1) 学校の教育目標を受けた目指す生徒像	高校生活3年間の部活動、そして関東大会や全国大会のお手伝いを通して、技術面だけでなく礼儀や挨拶といった人として大切なことを学ぶ。部活動の仲間と厳しい練習や試合を通して互いに学びあい、自主・自律の力を育み、成長していく場となることを目指す。
(2) 競技大会、コンクール、研究発表等の具体的到達目標	新人戦本大会出場（支部大会ベスト8以上） 東京都ベスト32
(3) 地域貢献等の特色ある目標	近隣高校、中学校との合同練習を定期的に行っている。

3 指導方針

(1) 技術や技能、体力の向上	週約5回の練習で技能、体力の向上を図る。平日は特に短い練習時間の中で質の高い練習を大切にしている。基礎的な練習から応用練習まで行い、幅広くバスケットボールを理解できるように努力している。
(2) 公式戦や発表会への積極的な参加	春の関東予選、IH予選、新人戦の公式大会に参加している。また、関東大会、全国大会の手伝い（スタッツ業務）にも関わっている。
(3) 他校との合同練習、練習試合、校外活動の設定	月3、4回の練習試合の他に近隣中学校との合同練習を定期的に行っている。
(4) 部加入率の維持、増加	例年10人前後の生徒が入部している。マネージャーも2名前後入部し、1学年から3学年まで30人前後で毎年練習を行っている。

4 指導内容・方法

(1) 体罰・暴言等のない指導	感情で指導するのではなく、生徒がどの場面で壁にぶつかるのかを瞬時に見抜き、的確な指示が出せるように意識している。全て手を貸したり、助言したりするのではなく、自ら答えを見つけることの大切さも一緒に教えている。
(2) 生徒間の暴力禁止	行き過ぎた上下関係がないよう日頃の指導を徹底している。

(3) 外部指導員の活用	技術的な指導のほか、筋力トレーニングなどの際に指導してもらうなど、役割分担をしている。
(4) 事故防止・安全配慮	怪我については最大限の注意を払い、練習前後のストレッチを欠かさず、練習を行っている。

5 主な年間計画

	月	内 容
1 学 期	4	関東大会予選
	5	インターハイ予選
	6	新チーム活動開始
	7	基礎基本の定着（シュート、パスなど個人スキルの向上）
	8	練習ゲーム、体力・筋力トレーニングなど
2 学 期	9	チーム戦術の理解
	10	新人戦支部大会
	11	体力・筋力トレーニング
	12	（トレーニングルームなどでフリーウェイトなどを行い、当たり負けしない体づくり
3 学 期	1	チーム戦術の強化
	2	（練習ゲームなど実践的な経験を積む中で、戦術に磨きをかける）
	3	

6 活動日・活動場所

曜日	月	火	水	木	金	土	日
活動場所		体育館	体育館	体育館	トレーニング室	体育館	試合など

7 公式戦・大会等の実績

関東大会予選	3回戦進出
インターハイ予選	3回戦進出
新人戦支部大会	3回戦進出