

平成31年度アーチェリー部の活動計画について

平成31年4月1日

1 年間目標と指導方針

(1) 部活動の質と量の工夫

練習は、原則週に5日間とし、練習時間は平日2時間半、休日4時間を基本とし、技術・知識・メンタル指導等、多岐にわたって競技力の向上を目指す。

(2) 練習や試合等の計画

高体連主催の試合は年間約10回、各市競技団体主催の試合は年間約5回に参加し、東京を代表する選手・チーム作りを目指す。

(3) 基本的な生活習慣や規範意識等の健全育成

挨拶の励行、正しい言葉遣い、相互尊重、練習場所の清掃、道具の整理整頓等を心掛け、他の生徒の模範となるよう指導する。

(4) 生徒相互の人間関係

個人競技ではあるものの、部活動全体・チームとして行動していく中で、協調性や責任感を涵養する。

(5) 学習と部活動

学習と部活動の両立を図るため、定期考査等に配慮した練習や個に応じた指導を行い、学習と部活動相互の成績向上を目指す。

2 部員数

	男子	女子	合計
1年	11	8	19
2年	7	9	16
3年	3	4	7
合計	21	22	43

3 指導体制

	氏名	備考(係分担等)
顧問	石川 憲司	監督・技術指導者
顧問	橋本 誠太郎	
顧問	佐藤 恵子	
顧問	佐々木 順子	
顧問	狩野 陽子	
外部指導員	加島 りみ	コーチ

4 活動日・活動場所

- ・活動日 週5日
- ・休養日 原則として、水曜、日曜
- ・活動時間 平日 放課後(15:30~18:00)
土曜日 午後(13:00~17:00)
- ・活動場所 アーチェリー場

5 過去3年間の主な大会記録

平成28年度 全国選抜大会出場 関東選抜大会出場

平成29年度 全国選抜大会 女子個人第5位

平成30年度 全国選抜大会出場 国民体育大会出場

6 今年度の参加予定大会

※年間計画に掲載

7 年間計画

学 期	月	内 容
1 学期	4	部活動紹介・新入部員勧誘 4/21 関東大会予選記録会 4/29 関東大会予選
	5	5/5 インターハイ予選記録会 5/12 インターハイ予選
	6	6/7～9 関東大会（茨城県つくば市）
	7	7/23～26 夏季合同合宿（山梨県忍野村3泊4日）
	8	8/7～10 インターハイ（岐阜県高山市） 8/15 関東選抜予選 8/16 記録会・新人大会 中学生部活動体験入部
2 学期	9	9/15 都選手権大会
	10	10/6 秋季大会・新人大会
	11	11/10 全国選抜予選 11/16～17 関東選抜大会（栃木県那須烏山市）
	12	インドアシーズン トレーニング・体力強化
3 学期	1	インドアシーズン トレーニング・体力強化
	2	長距離 70m 練習開始
	3	3/26～28 全国選抜大会（静岡県掛川市）