

【令和5年度 年間活動計画】〔アーチェリー部〕

1 目標

アーチェリーの危険性を常に意識しつつ、アーチェリーについて真剣に学び、技術の習得と競技力の向上を目指すとともに、自主的に練習に参加し、自己の課題解決に取り組む自立した選手になるよう活動する。

2 指導方針

アーチェリーの特性を十分に理解するため、安全指導を第一とし、デジタル端末やアプリ等を駆使して、客観的なデータから根拠を示しながら指導していく。また、部活動指導員と連携しながら、個々の選手に合わせた道具の調整や、メンタル面のサポート・ケアも含め、複数の顧問・指導者の目で活動を見守っていく。
また、東京都より「Sport-Science-Promotion-Club」の指定を踏まえ、スペシャリスト派遣事業を活用し、フィジカルトレーナー並びにメンタルトレーナーを迎え、競技力の向上を目指していく。

3 指導内容

- 安全指導
- 技術指導
- 大会参加申込・会計事務
- フィジカルトレーニング
- アーチェリーの知識講習
- アーチェリーの調整講習
- メンタルトレーニング
- 合宿の企画運営

4 部員数

	男子	女子	合計
1年	5	13	18
2年	11	7	18
3年	3	3	6
合計	19	23	42

5 年間活動計画

4月	5月	6月
新入生勧誘 安全指導 都高体連関東大会予選記録会 都高体連関東大会予選	都高体連インターハイ予選記録会 都高体連インターハイ予選 国民体育大会選考会	関東大会
7月	8月	9月
夏季合同合宿	インターハイ 都高体連関東選抜大会予選 都高体連記録会 都高体連新人大会	都高体連都選手権大会
10月	11月	12月
都高体連秋季大会	全国選抜大会予選 関東選抜大会	都室内選手権大会
1月	2月	3月
	東京インドアオープン大会	全国選抜大会