

【活動計画】〔女子バスケットボール〕部

◇ 年間目標

① 爽やかな挨拶 ②コミュニケーション ③技術の向上、心身の健康増進

◇ 部員数

	男子	女子	合計
1年		4	4
2年		4	4
3年		2	2
合計		10	10

◇ 顧問・部活動指導員

顧問	3名
外部指導員	1名

◇ 活動日と活動場所

【活動日】 週 3 日(試合前は土曜日活動、試合は日曜日が多い)

【休養日】 毎週 月曜日 と 火曜日 と 木曜日 (土曜日 と 日曜日)

【活動時間】

(平日) 15:45～16:45 (延長届けにより17:45まで)

(週休日等) 8:30～12:00または12:30～16:30 (準備・片づけなどを含む)

* 休養日・活動時間は大会・大会前などは変更有(長期休業中などに振替えて休養)

【主な活動場所】

◇ 大会等の主な記録

令和5年度	令和6年度	令和7年度
春季・関東予選出場 総合体育大会予選出場 夏季大会出場 練馬区民大会出場 新人大会出場	春季・関東予選出場 総合体育大会予選出場 夏季大会出場 練馬区民大会出場 新人大会出場	春季・関東予選出場 総合体育大会予選出場 夏季大会出場 練馬区民大会出場 新人大会出場

◇ 今年度の参加予定大会

○春季・関東予選出場	(4月)
○総合体育大会出場	(5月)
○夏季大会出場	(8月)
○練馬区民大会出場	(10月)
○新人大会出場	(11月)

◇ 年間(月別)活動計画

4月	5月	6月	7月	8月	9月
(週休日の活動日数) 7 日	(週休日の活動日数) 6 日	(週休日の活動日数) 5 日	(週休日の活動日数) 4 日	(週休日の活動日数) 5 日	(週休日の活動日数) 4 日
(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日
春季大会に向け練習	総合体育大会に向け練習	基礎練習	夏季大会に向け練習	夏季大会に向け練習	練馬区民大会・新人大会に向け練習
10月	11月	12月	1月	2月	3月
(週休日の活動日数) 4 日	(週休日の活動日数) 5 日	(週休日の活動日数) 3 日	(週休日の活動日数) 3 日	(週休日の活動日数) 4 日	(週休日の活動日数) 3 日
(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日	(平日の活動日数) 12 日
新人大会に向け練習	新人大会に向け練習	体力・基礎力強化	体力・基礎力強化	体力・基礎力強化	体力・基礎力強化