

【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		3	3
2年		3	3
3年		5	5
合計		11	11

◇ 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4年度	令和5年度	令和6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