

## 男子バスケットボール部の活動方針

顧問 大久保 陸・丸山 航輝

目 標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 克己胆力 (克己…自らに負けないこと 胆力…事にあたって、恐れたり、尻込みしたりしない精神)</li> <li>・ 五中生としての誇りを持ち、自分に自信を持つとともに自覚と責任を身につける。</li> <li>・ 中学生として、日常生活に必要なことを身につけ、常に実践できる。</li> <li>・ 最後までやりきることができるチームを目指す。</li> </ul>
活動方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 部活動と学習の両立を目指す。(中学生の本分は学習である。)</li> <li>①場に応じた正しい挨拶・返事ができる。</li> <li>②状況に適した報告・連絡ができる。</li> <li>③時間を守ることができる。ルールを必ず守る。</li> <li>④自分で考え、自ら行動することができる。</li> <li>⑤環境整備(清掃など)ができる。</li> <li>⑥感謝する心を持つ。(フェアプレーの精神)</li> <li>⑦自己管理(セルフコントロール)ができる。</li> <li>・ 練習中の心得</li> <li>○一生懸命全力で練習する。○行動を速くし、ダラダラと練習をしない。</li> <li>○声を出してプレイをする。○自らの意思で上手くなるために練習を行う。</li> <li>○それぞれの練習に目的意識を持つ。</li> <li>・ 練習前後の心得</li> <li>○家族の一員としての責任を果たす。○親や家族に感謝の気持ちを持つ。</li> <li>○十分な睡眠をとる。○栄養のバランスを考えてたくさん食事をする。</li> <li>○体幹や筋トレをできる分取り組む。</li> </ul>
年間計画	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 習志野市U15中学生バスケットボール選手権大会 (4・5月)</li> <li>・ 千葉県U15中学生バスケットボール選手権大会(6月)</li> <li>・ 習志野市中学校総合体育大会、千葉県中学校総合体育大会(7月)</li> <li>・ 関東中学校総合体育大会、全国中学校総合体育大会(8月)</li> <li>・ U15選手権大会千葉県1次予選(8月)</li> <li>・ 習志野市中学校新人体育大会(9月)</li> <li>・ U15選手権大会千葉県2次予選(10月)</li> <li>・ 千葉県中学校新人体育大会(11月)</li> <li>・ 習志野市中学校1年生大会(12月)</li> <li>・ 全国U15バスケットボール選手権大会(1月)</li> <li>・ 習志野八千代如月大会(1月)</li> <li>・ 千葉県U15県リーグ(通年)</li> </ul>

