

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 男子テニス部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

運動を通じた人間形成を目的とし、競技力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性を育成する。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の発展や成長に貢献する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週、水曜日

【 週 末 】 毎週、日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】 9：00～12：00（準備・片付け時間含む）

(3) その他 学校閉庁日の活動は、原則、休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校総合体育大会 (個人)地区予選	
5月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校総合体育大会 団体戦	
6月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校総合体育大会 個人戦	
7月	○ 基本練習 ○ 実践練習		
8月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島市夏季高校生選手権大会(1・2年生) 広島県高等学校テニス新人大会(個人)地区予選	
9月	○ 基本練習 ○ 実践練習	広島県高等学校テニス新人大会(個人)県予選	
10月	○ 課題別練習 ○ 実践練習		
11月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校テニス新人大会(団体)県予選	
12月	○ 基本練習 ○ 実践練習	広島県高等学校テニス選手権大会(個人)地区予選	
1月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	広島県高等学校テニス選手権大会(個人)県予選	
2月	○ 基本練習 ○ 課題別練習		
3月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島市春季高校生選手権大会(1・2年生) 高校生錬成大会(団体)	

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 女子テニス部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

運動を通じた人間形成を目的とし、競技力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性を育成する。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の発展や成長に貢献する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週、水曜日

【 週 末 】 毎週、日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】 9：00～12：00（準備・片付け時間含む）

(3) その他 学校閉庁日の活動は、原則、休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校総合体育大会 (個人)地区予選	
5月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校総合体育大会 団体戦	
6月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校総合体育大会 個人戦	
7月	○ 基本練習 ○ 実践練習		
8月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島市夏季高校生選手権大会(1・2年生) 広島県高等学校テニス新人大会(個人)地区予選	
9月	○ 基本練習 ○ 実践練習	広島県高等学校テニス新人大会(個人)県予選	
10月	○ 課題別練習 ○ 実践練習		
11月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島県高等学校テニス新人大会(団体)県予選	
12月	○ 基本練習 ○ 実践練習	広島県高等学校テニス選手権大会(個人)地区予選	
1月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	広島県高等学校テニス選手権大会(個人)県予選	
2月	○ 基本練習 ○ 課題別練習		
3月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	広島市春季高校生選手権大会(1・2年生) 高校生錬成大会(団体)	

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 サッカ一部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

サッカーを通じた人間形成を目的とし、競技力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性を育成する。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の発展や成長に貢献する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 水曜日

【 週 末 】 日曜日 ただし、試合がある場合は臨機応変に対応

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】 午前の場合、8：00～12：00（準備・片付け時間含む）

午後の場合、12：00～16：00（準備・片付け時間含む）

(3) その他 学校閉庁日の活動は、原則、休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	高円宮杯アドバンスリーグ 地区総体	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
5月	○ 課題別練習 ○ 練習試合	高円宮杯アドバンスリーグ	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
6月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	高円宮杯アドバンスリーグ	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
7月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	高円宮杯アドバンスリーグ	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
8月	○ 課題別練習 ○ 実践練習		コロナウイルスにより 変更の可能性あり
9月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	選手権大会	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
10月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・練習試合	高円宮杯アドバンスリーグ	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
11月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	高円宮杯アドバンスリーグ	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
12月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	高円宮杯アドバンスリーグ	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
1月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体づくり(サーキットトレーニング)	広島県新人戦大会	コロナウイルスにより 変更の可能性あり
2月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体づくり(サーキットトレーニング)		コロナウイルスにより 変更の可能性あり
3月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・練習試合		コロナウイルスにより 変更の可能性あり

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 バレーボール部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

部活動を通じた人間形成を目的とし、競技力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性等を育成する。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の発展や成長に貢献する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週、月曜日または水曜日

【 週 末 】 毎週、土曜日または日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、2時間程度

【 週 末 】 午前または午後、3時間程度

(3) その他 特記事項なし

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	●基礎練習 ●総合練習	●中国高等学校バレーボール選手権大会 地区予選・県予選 ●全国高等学校総合体育大会バレーボール競技 地区予選	●オリエンテーション
5月	●基礎練習 ●総合練習 ●練習試合	●全国高等学校総合体育大会バレーボール競技 地区予選	●親睦会 ●保護者会
6月	●基礎練習 ●総合練習 ●練習試合	●全国高等学校総合体育大会バレーボール競技 県予選 ●ビーチバレー(NEXT HEROS CUP)	
7月	●総合練習 ●合宿・遠征 ●練習試合 ●トレーニング強化	●天皇杯皇后杯バレーボール選手権 県予選 ●ビーチバレー(国体広島県選考会)	
8月	●総合練習 ●合宿・遠征 ●練習試合 ●トレーニング強化	●県知事杯バレーボール競技	
9月	●総合練習 ●練習試合	●体カづくり新人バレーボール大会	
10月	●総合練習 ●練習試合	●全日本バレーボール高等学校選手権大会 県予選	
11月	●総合練習 ●練習試合	●全日本バレーボール高等学校選手権大会 県予選	●忘年会 ●保護者会
12月	●総合練習 ●練習試合 ●合宿・遠征	●広島県高等学校新人バレーボール大会(地区)	
1月	●総合練習	●広島県高等学校新人バレーボール大会(地区・県)	●初打ち
2月	●総合練習 ●練習試合 ●トレーニング強化	●中国高等学校新人バレーボール大会	●お別れ会
3月	●総合練習 ●合宿・遠征 ●練習試合 ●トレーニング強化		

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 卓球部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

卓球の活動を通じ、人間形成、競技力、体力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性等を育成する。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の発展や成長に貢献する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

- 【 平日 】 毎水曜日
- 【 週末 】 毎日曜日

(2) 活動時間

- 【 平日 】 授業終了後、2時間程度
- 【 週末 】 3時間程度
午前(9:00~12:00)、午後(13:30~16:30)

(3) その他

学校閉庁日(8月14~16日)は、休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○ 基礎練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・多球練習	● 広島県高等学校卓球選手権大会(地区大会)個人 ● 広島県高等学校総合体育大会(地区大会)団体	◇ オリエンテーション
5月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 練習試合	● 広島県高等学校卓球選手権大会(県大会)個人 ● 広島県中学高校卓球大会(地区大会)個人	
6月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習	● 広島県高等学校総合体育大会(県大会)団体	
7月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習	● 全日本卓球選手権大会 ジュニアの部(地区大会)個人 ● 広島県中学高校卓球大会(県大会)個人	
8月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習	● 広島市立高等学校総合体育大会(卓球の部)団体、個人	
9月	○ 基礎練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・多球練習	● 全日本卓球選手権大会 ジュニアの部(県大会)個人	
10月	○ 基礎練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・練習試合	● 広島県高等学校新人卓球大会(地区大会)団体、個人 ● 全国選抜卓球大会(地区大会)団体	
11月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習	● 広島県高等学校新人卓球大会(県大会)団体 ● 広島市高校選抜大会(地区大会)個人	
12月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習	● 全国選抜卓球大会(県大会)団体	
1月	○ 基礎(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 筋力トレーニング	● 広島県高等学校新人卓球大会(県大会)個人	
2月	○ 基礎(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 筋力トレーニング	● 東区親善卓球大会(地区大会)団体、個人	
3月	○ 基礎(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・練習試合		

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 男子バスケットボール部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

部活動を通じた人間形成を目的とし、競技力の向上はもとより、生徒の主体性や社会性などを育成する。

- ・主体性・・・自らの目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、
 集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。(課題練習・整理整頓・声かけなど)
- ・社会性・・・社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、
 集団の発展や成長に貢献する。(挨拶・掃除・助け合いなど)

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週 火曜日

【 週 末 】 毎週 日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後1～2時間程度

【 週 末 】 11：30～14：30

(3) その他 学校閉庁日(8月13日～15日)は休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)	・広島県高等学校総合体育大会バスケットボールの部 (地区予選 1)	・オリエンテーション ・ミーティング
5月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)		
6月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)		
7月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)	・広島地区高等学校バスケットボール1年生大会 (地区予選 1)	
8月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)	・広島東地区バスケットボール交歓大会	
9月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)	・広島県高等学校秋季バスケットボール大会 兼 全国高等学校バスケットボール選手権大会(男子の部)(県予選1)	
10月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)		
11月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)	・広島県高等学校バスケットボール新人大会 (地区予選 1) ・広島地区選抜強化練習会	
12月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)		
1月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)		
2月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)	・広島東地区バスケットボール交歓大会	
3月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・ゲーム(5×5)		

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 女子バスケットボール部年間活動計画

1 指導方針（ねらい）

バスケットボール特有の楽しさ味わいながら、仲間との人間関係を学び、その副産物として競技力の向上や集団における主体性や社会性、役割分担などを身に付ける。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平日 】 毎週 月曜日

【 週末 】 毎週 土曜日（ただし練習ゲーム・遠征・試合などで変更することがある）

(2) 活動時間

【 平日 】 授業終了後2時から2時間30分

【 週末 】 午前の場合は9:00～12:00

午後の場合は13:00～16:00

(3) その他 学校閉庁日は休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校総合体育大会バスケットボールの部地区予選	
5月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校総合体育大会バスケットボールの部地区予選	
6月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校総合体育大会バスケットボールの部	
7月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島地区高等学校バスケットボール1年生大会	
8月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島東地区バスケットボール交歓大会	
9月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校秋季バスケットボール大会 兼 全国高等学校バスケットボール選手権大会広島県予選	
10月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校秋季バスケットボール大会 兼 全国高等学校バスケットボール選手権大会広島県予選	
11月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校バスケットボール新人大会	
12月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校バスケットボール新人大会地区予選 ・光輪カップ	
1月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島県高等学校バスケットボール新人大会	
2月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習	・広島東地区バスケットボール交歓大会	
3月	・基礎練習 ・課題別練習 ・コンビネーション練習		

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 ソフトボール部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

ソフトボールを通じた人間形成を目的とし、競技力の向上と人間力の育成を目指す。

<主体性>

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

<社会性>

社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、積極的に他者と関わりながら、集団の展や成長に貢献する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週、水曜日

【 週 末 】 毎週、日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】 午前の場合は 9：00～12：00

午後の場合は13：30～16：30

(3) その他 ○ 学校閉庁日及び祝日は、休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 など	①春季選手権(中国大会予選) ※広島地区大会	※予選ではない
5月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 合同練習・練習試合など		
6月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 など	②広島県総合体育大会	
7月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 など	※広島地区大会	※予選ではない
8月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 合同練習・練習試合など	③秋季選手権	
9月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 合同練習・練習試合など	新人大会地区予選	予選の結果で④への出場が決定
10月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 合同練習・練習試合など	④新人大会(選抜予選)	
11月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋力トレーニング など		
12月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋力トレーニング など		
1月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋力トレーニング など		
2月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋力トレーニング など		
3月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋力トレーニング など		

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 陸上競技部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

陸上競技の活動を通して、礼儀やマナーなどの社会性を身につけ、集団の一員としての自覚や他人と協力する力を育成する。また、競技力の向上はもちろん、自主性や実行力など自らを磨き、人間形成を目指す

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週、水曜日

【 週 末 】 毎週、土曜日または日曜日 ただし、週末に試合がある場合は、月曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後1時間～2時間半

【 週 末 】 午前の場合は 9:00～12:30 午後の場合は 13:30～17:00

(3) その他 特記事項なし

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●広島県国体強化記録会 ●県高校生記録会 ●経済大学記録会 ●投てき記録会	
5月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●広島地区高等学校春季陸上競技選手権大会(地区大会) ●広島県高等学校総合体育大会 ●経済大学記録会●投てき記録会	
6月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●中国高等学校総合体育大会 ●広島県陸上競技選手権大会 ●県高校生記録会 ●経済大学記録会	
7月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●広島地区陸高等学校夏季陸上競技選手権大会(地区大会) ●広島市高等学校総合体育大会 ●経済大学記録会 ●投擲記録会	
8月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●合宿 ●広島県高等学校夏季陸上競技選手権大会 ●中国五県対抗選手権	
9月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●広島地区高等学校新人陸上競技選手権大会(地区大会) ●広島県高等学校新人陸上競技選手権大会 ●経済大学記録会 ●投てき記録会	
10月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●県高校生記録会 ●中国高等学校新人陸上競技選手権大会 ●県高校生記録会 ●投てき記録会 ●三次駅伝	
11月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●広島県高等学校駅伝競走大会 ●投てき記録会 ●広島県長距離記録会	
12月	○基本練習 ○専門練習 ○体カづくりトレーニング		
1月	○基本練習 ○専門練習 ○体カづくりトレーニング	●大竹駅伝競走大会	
2月	○基本練習 ○専門練習 ○体カづくりトレーニング		
3月	○基本練習 ○専門練習 ○体カづくりトレーニング	●投てき記録会	

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 水泳部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

- 水泳の練習や大会出場を通して健康な心身及び主体性や社会性を育成し、人間形成に寄与できるよう活動す。
- <主体性>
自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組む。
- <社会性>
社会生活を営む上で必要となる礼儀やマナーを身に付け、集団の一員として、自らの役割を果たす。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

- 【 平 日 】 毎週、水曜日、金曜日
【 週 末 】 毎週、土曜日または日曜日

(2) 活動時間

- 【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

(3) その他 学校閉庁日(8月13～15日、12月29日～1月3日)及び祝日は、休養日とする。

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		◇ オリエンテーション
5月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ プール掃除	● 広島地区春季競技大会(今年度は中止ーサミット実施のため)	
6月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	● 広島県総合体育大会 ● 広島地区選手権大会 ● 広島県選手権大会	
7月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	● 中国選手権競技大会	
8月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	● 広島地区秋季競技大会	
9月	○ 基本練習 ○ 課題別練習	● 広島県新人競技大会	
10月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		
11月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		
12月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		
1月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		
2月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		
3月	○ 基本練習 ○ 課題別練習 ○ 体づくり(筋カトレーニング他)		

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 弓道部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

- 弓道を通して伝統的な日本の価値観を学ぶと共に、弓道の最終目標である「人格の完成」を目指す。
- 姿勢や立ち居振る舞いを洗練させ、日本古来の礼法をビジネスシーンに応用できる生徒を育成する。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

- 【 平日 】 毎週水曜日
- 【 週末 】 日曜

(2) 活動時間

- 【 平日 】 月曜17:00～18:30、火・木・金16:00～18:30
- 【 週末 】 土曜9:00～12:30

(3) その他

学校閉庁日は休養日とします。
部費(器具損料)として月¥500徴収します
物価高騰のあおりを受け、弓具の値上げも相次いでいます。備考欄の金額は参考です。

3 指導計画

※ 新型コロナ感染拡大などによる中止・日程の変更等の可能性あり

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	新入生入部:ゴム弓稽古 2・3年生:稽古・1年生指導	○広島地区高校弓道大会 ○広島県高校弓道選手権	新入生:ゴム弓購入 (¥1,700)
5月	1年生:ゴム弓稽古 2・3年生:稽古・1年生指導	○第一回定期地方審査(級・段)(希望者)	新入生:弓カケ購入 (¥21,000)
6月	1年生:ゴム弓稽古・弓稽古 2・3年生:稽古・1年生指導	○広島県高校総合体育大会	
7月	1年生:弓稽古・初射 2・3年生:稽古・1年生指導		新入生:袴・弓道着購入 (¥11,200)
8月	稽古	○広島地区高校弓道リーダー講習会 ○広島地区高校弓道新人大会	本月より一年生も 試合参加予定
9月	稽古	○第一回初級者講習会(希望者) ○第二回定期地方審査(級・段)(希望者)	
10月	稽古	○広島県高校新人大会兼中国高校新人県予選	
11月	稽古	○第二回初級者講習会 ○第三回定期地方審査(級・段)(希望者)	
12月	稽古・大掃除		
1月	稽古	○広島地区高校弓道選手権大会	
2月	稽古	○第四回定期地方審査(級・段)(希望者)	
3月	稽古	○広島市立高校弓道春季錬成会 ○第六回定期地方審査(級・段)(希望者)	

(様式1)

令和5年度 広島市立広島商業高等学校 バドミントン部年間活動計画

1 指導方針(ねらい)

バドミントンを通じた人間形成を目的とし、競技力の向上と人間力の育成を目指す。

(人間性)

自ら目標や課題を見出し、その達成と克服に向けて粘り強く取り組むとともに、集団の一員として積極的に行動し、その役割を果たす。

2 休養日及び活動時間等

(1) 休養日

【 平 日 】 毎週 水曜日

【 週 末 】 土曜日または日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】 午前の場合 9：00～12：00
午後の場合 13：00～16：00

(3) その他 学校閉庁日（8月12～16日）は、休養日とする

3 指導計画

時期	主な活動内容	大会等の予定	備考
4月	○2,3年生は試合に向けての総合練習、1年生は基礎練習	●広島県高等学校総合体育大会広島地区予選会	
5月	○2,3年生は試合に向けての総合練習、1年生は基礎練習	●広島県高等学校総合体育大会広島県大会 ●広島交流バドミントン大会	
6月	○2,3年生は試合に向けての総合練習、1年生は基礎練習		
7月	○スタミナ向上練習		
8月	○スタミナ向上練習	●全日本ジュニア選手権予選	
9月	○試合期のため総合練習	●広島県高等学校新人大会広島地区予選会	
10月	○試合期のため総合練習		
11月	○試合期のため総合練習	●広島県高等学校新人大会広島県大会	
12月	○移行期で持久カトレニング、筋カトレニングを中心とした基礎練習		
1月	○移行期で持久カトレニング、筋カトレニングを中心とした基礎練習		
2月	○移行期で持久カトレニング、筋カトレニングを中心とした基礎練習	●県高校学年別大会 ●ひろしまオープン	
3月	○移行期で持久カトレニング、筋カトレニングを中心とした基礎練習		