

(様式1)

令和8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 】 8:30～12:00(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・個人戦	
6月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	中国高等学校総合体育大会 個人戦、団体戦	
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	広島県高等学校テニス新人大会(団体)県予選	
11月	○ 課題別練習 ○ 実践練習		
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8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 】 8:00～11:30(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・個人戦	
6月	○ 課題別練習 ○ 実践練習	中国高等学校総合体育大会 個人戦、団体戦	
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	広島県高等学校テニス新人大会(団体)県予選	
11月	○ 課題別練習 ○ 実践練習		
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8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 ●ビーチバレー(NEXT HEROS CUP)	●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	●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	
7月	●総合練習 ●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 ●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	
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)	
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	
3月	●総合練習 ●練習試合 ●トレーニング強化		

(様式1)

令和8年度 広島市立広島商業高等学校 サッカー一部年間活動計画

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、9:00～12:00(準備・片付け時間含む)

午後の場合、12:00～15:00(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(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体力づくり		
5月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体力づくり		
6月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体力づくり		
7月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・練習試合		
8月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習・練習試合		
9月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習	選手権大会	
10月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習		
11月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習		
12月	○ 基本(反復)練習 ○ 課題別練習 ○ 実践練習		
1月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体力づくり	広島県新人戦大会	
2月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体力づくり		
3月	○ 基本(反復)練習 ○ 個別課題練習 ○ 体力づくり		

(様式1)

令和8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 ● 広島県中学校卓球大会(地区大会)個人	◇ 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	
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 ● 広島県中学校卓球大会(県大会)個人	
7月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習		
8月	○ 課題別練習 ○ 多球練習 ○ 実践練習・多球練習	● 広島市高校卓球選手権大会 ● 全日本卓球選手権大会 ジュニアの部(地区大会)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8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・声かけ等)
- ・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 水曜日

【 週 末 】 毎週 日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後2時間程度

【 週 末 】 9:00～12:00

(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 ・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)	・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)	県総体	
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)	中国選手権	秋季大会申し込み
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) ・全国総体	
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 ・ミニ国体	
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)	
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)	秋季大会決勝	
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)	
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)	地区新人・ウィンターカップ	
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)	県新人大会	
2月	・基礎練習、課題別練習 ・コンビネーション練習 ・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8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)

バスケットボールの楽しさ味わいながら、仲間との人間関係を学び、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、今後の人生における自信となることを目指す。

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 日曜日(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 】 8:30~11:30

(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 ・県総体	
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 ・秋季大会(女子)	
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	
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地区新人大会	
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 ・ウィンターカップ	
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地区・県新人大会	
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 8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、金曜日

【 週 末 】 毎週、土曜日日曜日

(2) 活動時間

【 平 日 】 授業終了後、1～2時間程度

【 週 末 】

(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 筋カトレーニング など		
12月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋カトレーニング など		
1月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋カトレーニング など		
2月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋カトレーニング など		
3月	キャッチボール、バッティング練習 守備練習 筋カトレーニング など		

(様式1)

令和8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 ただし、学校行事等で変更もあります

【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	●広島県国スポ強化記録会 ●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	●経済大学記録会 ●投擲記録会 ●全国高等学校総合体育大会	
8月	○基本練習 ○専門練習 ○タイムトライアル	●広島地区高等学校夏季陸上競技選手権大会(地区大会) ●合宿 ●中国五県対抗選手権 ●広島県高等学校夏季陸上競技選手権大会	
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 ●経済大学記録会 ●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		
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8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。

<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 】

【 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、スイミングにて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	
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)	● 中国新人競技大会	
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8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・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。
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

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 (¥2,000)
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 (¥23,500)
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 ○中国選手権大会補助員参加	
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 (¥13,000)
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	
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)	一年生初試合
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	○全国選抜大会補助員参加	
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8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 9:00～13:00

午後の場合 13:00～17:00

(3) その他 学校閉庁日(8月12～15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	○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ーニング、筋カトレーニングを中心とした基礎練習		
1月	○移行期で持久カトレーニング、筋カトレーニングを中心とした基礎練習		
2月	○移行期で持久カトレーニング、筋カトレー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ーニング、筋カトレーニングを中心とした基礎練習		