

H31年1月21日 提出

男子バスケット 部 年間計画

主顧問名 山西 佑輔

1. 公式戦・コンクール・発表会等の予定

期 間	大会・コンクール・発表会等名
4月～5月	大阪高等学校総合体育大会
8月～10月	大阪高等学校選手権大会
9月	豊中市会長杯
9月～11月	公立校大会
9月～12月	さつき杯
1月～2月	大阪高等学校新人大会

2. 合宿等の予定

期 間	場 所
8月上旬（2泊3日）	滋賀県を予定

3. 部活動を行わない日（休養日）

	予定日数	週末の休養日（内数）
週1日のノークラブデー（原則として月曜日か火曜日）	33日	1日
定期考査1週間前及び定期考査中（最終日、公式戦前は除く）	67日	21日
年末年始	4日	日
高校入試に係る登校禁止日	9日	3日
	日	日
	日	日
合 計	113日	25日

104日以上 24日以上

4. 自主練習の計画（形態・内容）

- ・各定期考査1週間前・考査中、約1時間30分
- ・各個人の意志で主に体力の持続を目的としたトレーニング・シューティング等の個人練習を行う。

