

部活動 年間指導計画 ( 長崎市立深堀中学校 部活動名 サッカー )

<練習計画作成にあたって>

- ・テスト休み…実力テストの場合、3日前から 期末テストは1週間前から
- ・毎週水曜日は定時の日なので休み。また、家庭の日は休み。
- ・土日の練習は、大亀コーチの都合を優先します。基本的に大亀コーチが不在の時は土曜日が練習、大亀コーチがいるときは日曜日が練習です。
- ・GWまでは大亀コーチが出張のために不在なので、土曜日の練習にしています。それ以降は大亀コーチがいるという前提で作っています。

部活動の年間目標

- ・サッカーの技術力と体力の向上を図る。
- ・サッカー部のモットーである「文武両道」を徹底させる。
- ・サッカー選手として必要な感謝やリスペクトなどの人間性の涵養を図る。
- ・中学生としての自覚ある行動ができる生徒の育成。

月間目標	4					5					6					7					8					9					10					11					12					1						2					3										
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5														
○1年生は運動に慣れさせる。上級生は先輩の自覚をもって行動する。○保護者会の実施。		5	12	19	休	3	10	17	24	31	7	14	休	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	休	15	22	29	6	13	20	27	休	休	17	24	31	休	14	21	28	7	14	21	28														
○中総体に向け、体力づくりや練習に励む。○怪我や熱中症の防止を図る(～8月)						4	11	18	25	1	8	15	休	29	6	13	20	27	3	休	17	休	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	休	16	23	30	7	14	21	28	4	休	18	25	1	休	15	22	1	8	15	22	29														
○中総体に向け、チームの丸となってがんばる。						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休																	
○新チームでの体制がスムーズにできるようにする。○基礎や体力の向上を中心とした練習を行う。						5	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休																		
○新体制での練習を積極的に行う。○夏休みの課題等の未提出を防ぐ。						休	13	20	27	3	10	休	24	1	8	15	22	29	5	休	19	休	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	休	6	13	20	27	休	10	17	24	3	10	17	24	31														
○前期リーグや新人大会などに向けて練習に励む。○中総体新人大会に向けて、怪我の防止に努める。(11月まで)						7	14	21	28	4	11	休	25	2	9	16	23	30	6	休	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	休	12	19	26	3	10	17	24	休	7	14	21	28	休	11	18	25	4	11	18	25	4	11	18	25	4	11	18	25	4	11	18	25			
○新人大会に向けて大会に臨むことで試合経験を積ませる。						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休													
○新人大会の結果を生かし、今後の練習を充実させる。○体力の向上を図る。						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休													
○インフルエンザ予防等体調管理を行う。○長期休業前に、環境整備を行う。						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休													
○新年の目標を立てさせ、意識した取り組みを行わせる。						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休													
○後期リーグに向けて練習に励む。○怪我の防止に努め、中総体を意識させた練習を行う。(3月まで)						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休													
○3年生とのお別れ試合を成功させる。						休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休													
学校行事	実力テスト(27日)					体育大会(16日)					期末テスト(24・25)					公開授業(3)ペーロン(11)					実力テスト(27,30)					実力テスト(3年)					期末テスト(11,12)					力テスト(1・2年)(12日)						学年末テスト(9,10)																									
定期試験・大会等						GW中に実施のナガサキスポーツ杯(グロバル杯) 体育大会の前日はグラウンドが使用できない					長崎市中総体					公開授業(土曜日)					ペーロン大会(学校行事)					平和集会、学校閉庁日 前期リーグ戦スタート(11月初旬)					前期リーグ終了					長崎市中総体新人大会(未定)					後期リーグ戦スタート(3月初旬)					後期リーグ終了 ペレ杯						学校閉庁日					学校閉庁日					ライオンズ杯					