

活動目標	県大会出場を目指し、心技を磨き富士市立高校の伝統を築く ～コミュニケーションを大事にし、最後まで諦めず、切り替えの速いバスケット～		
活動日	月～日	休日	水曜、月間予定表による
活動時間	平日:16:00～18:30 土日:午前か午後	活動場所	体育館2階、22HR
入部条件	経験者初心者不問、3年間部活動が続ける方、文武両道を徹底したい方		
入部人数	なし		
必要経費	部費の徴収	(有) 活動費 5000 円。他、遠征・合宿費、ジャージ等の購入	
	必要な用具	バスケットシューズ・練習用ウェア	
活動内容	基本練習 (シュート、パス、ドリブル、フットワーク、コーディネーショントレーニング等) 対人練習 (1 対 1, 2 対 2, 3 対 3, 4 対 4, 5 対 5 等) 体力・筋力トレーニング 水曜日に男子バスケットボール部で勉強会「男バス塾」の実施。先輩たちも、進路においても素晴らしい結果を出しています。		
P R	<ol style="list-style-type: none"> 常に目的意識を持ってバスケットボールに打ち込むこと。 バスケットボール部員である前に富士市立生であることを忘れてはならない。 学生の性分である学業に対しても、決して手を抜かず努力して取り組むこと。 集団競技に携わっていることを強く自覚すること。 練習態度「集中力」「切り替え」 『伸びる選手の条件』の実践(部活動のホームページ参照) <p>経験者でも初心者でもやる気のある方、是非一緒に、富士市立高校の素晴らしい体育館でバスケットボールをプレイしましょう。</p>		

1年間の主な活動予定(試合・大会・遠征・合宿等)

月	活動内容・目標
4	静岡県高等学校総合体育大会東部地区予選(インターハイ)
5	静岡県高等学校総合体育大会東部地区予選・県大会(インターハイ)
6	
7	U18 バスケットボールリーグ静岡2024
8	県外、県内遠征・校内合宿 富士富士宮地区バスケットボール1年生大会
9	U18 バスケットボールリーグ静岡2024
10	静岡県高等学校バスケットボール選手権大会(Winter Cup) / U18 バスケットボールリーグ静岡2024
11	U18 バスケットボールリーグ静岡2024
12	静岡県高等学校バスケットボール新人戦 東部地区予選リーグ・決勝トーナメント 県外、県内遠征・校内合宿
1	静岡県高等学校バスケットボール新人戦 東部地区予選 決勝トーナメント 静岡県高等学校バスケットボール新人戦 県大会
2	
3	静岡遠征(中日本高等学校バスケットボール選抜交歓大会)・その他遠征
昨年度の 大会等 主な実績	U-18 バスケットボールリーグ静岡2023 東部2部リーグC 第2位

練習は自分の為に行う

人間性がプレーに関与する

レギュラーになりたければ

人間力をつけよ

「伸びる選手の条件」

- (一) 素直で謙虚であること
- (二) 「なぜか」をよく考えること
- (三) 研究熱心である
- (四) 積極的・意欲的である
- (五) 生活にケジメがありテキパキしている
- (六) 粘り強く根気がある
- (七) 人の話によく耳を傾ける
- (八) 健康的な生活をしている
- (九) 仲間との協力心や思いやりがある
- (十) 失敗を恐れず、常に挑戦する
- (十一) 感謝の心がある
- (十二) 気配りできる
- (十三) 礼儀正しい
- (十四) 表裏のない行動ができる
- (十五) 目線、視線がしっかりしている
- (十六) 背筋が伸びて堂々と歩く
- (十七) 相手の目を見て会話が出来る
- (十八) 自らを評価できる