

広尾高等学校硬式野球部活動計画・方針

1. 指導方針

教育活動の一環として、野球部部活動を通じ社会に通用する以下の人間育成を目指す

- ・自ら考え行動出来る人間
- ・思いやりがあること
- ・素直であること
- ・時間厳守等の基本的人間生活習慣を養う
- ・部活動を継続することにより、体力・技術・不屈の精神を養う
- ・目標達成の為、仲間と共に創意工夫をする力を養う
- ・礼儀を重んじ、絶えず感謝の気持ちを忘れずに、他人の立場を尊重する態度を養う。
- ・何事においても全力投球できる

2. 1週間のサイクル

| | |
|---|----------------------|
| 月 | OFF |
| 火 | グラウンド練習 |
| 水 | グラウンド練習・室内トレーニング |
| 木 | 股関節トレーニング、ウェイトトレーニング |
| 金 | グラウンド練習 |
| 土 | 練習試合 |
| 日 | 練習試合 |

練習時間

平日 練習：15時45分～18時30分 18時30分～整備・更衣・ミーティング、解散

休日 練習： 8時30分～18時 18時30分～ 整備・更衣・ミーティング、解散

朝練 火曜日から金曜日 7時20分～8時15分（時期によって変える場合があります）

3. 年間サイクル

- 3月 春季東京都ブロック予選 春季遠征合宿
- 4月 春季東京都大会
- 5月 春季関東大会
- 7月 全国選手権東京都予選
- 8月 全国選手権大会 夏期合宿
- 9月 秋季東京都ブロック予選
- 10月 秋季東京都大会
- 11月 秋季関東大会
- 12月～2月 シーズンオフ トレーニング期間

4. 約束ごと

- ①高校生としての義務（学業・日常生活）を全うした上で初めて課外活動（部活）が出来るという視点に立ち、評定平均3.0未満の者は、定期考査2週間前から5時練習終了とする。また、課題提出が出来ない者も提出するまでは活動禁止とする。生活態度は身だしなみも含まれ、ボタンを開ける、靴のかかとを踏む事など、身なりを整えること
- ②部員に1人でも遅刻者が出た場合には、その日の活動延長を認めず全員5時下校とする（但し、正当な理由による遅刻は除く）遅刻した者は自己申告をすること。遅刻を隠す、申告しない者は活動禁止とする。
- ③練習を欠席する者、遅刻する者は直接顧問に連絡し、欠席の理由を明確にすること。
- ④ユニフォーム類・用具を忘れた場合には、グラウンドには入れない、但し、チーム内での貸し借りは、それもチームワークの一つとして考え、練習参加を許可する。保護者に届けてもらうのは禁止とする。
- ⑤原則としてアルバイトは禁止とする。ただし家庭の事情によりやむを得ない場合には、顧問に相談すること。冬季休業中は練習を休みにするので、短期集中で用具代、遠征費を稼ぐこと。
- ⑥原動機付き自転車を含むバイク及び車の免許は現役を退くまで取得禁止とする
- ⑦塾や医者に定期的に通う者は、練習が休みの日を有効に活用すること
- ⑧集合時間の30分以上前には登校しないこと
- ⑩生徒の送り向かいは、原則禁止とする（やむおえない事情・ナイター後のマネージャーのお迎えは除く）

5. 強いチームになるためには

勝ちにこだわらなければ、学校教育として野球部という部活動を行うことの意味がないものとする。全力で練習をし、勝つためには何が必要か考え、計画、実行、評価、行動を繰り返すことによって、創造力、協調性、社会性、責任感を養うことが出来る。

そうやって過ごした3年間は、生徒たちにとってかけがえのない時間となり、そしてその仲間達は生徒の大きな財産となり、きっと今後の人生の役に立つと考える。

大好きな野球で努力、工夫、継続、感謝が出来ないものは、社会で待ち受ける厳しい環境の中でできるとは思えない。この3年間で自分を磨き、そして勝利をつかみ「人生の覇者」となれるように精進しなさい。

① 野球を最大限楽しむこと

ここでいうのは、「らく（楽）」をするという意味ではないということ

大好きな野球をとことん追求する、こだわる、研究するということだ。野球を楽しむためにはトレーニングが必要であることを忘れてはならない。

② 大好きな野球ができるということ

好きな野球ができるというのは色々な人の支えがあって初めて野球が出来ることを忘れるな。家族の協力、学校の先生方の理解、野球部の仲間、全てがあって初めて野球が出来るのだ。

感謝の心を忘れずに、常に仲間に、家族に、そして環境に感謝して精一杯野球を楽しみなさい。

③ 全体は個なり、個は全体なり

チーム全体の為に、自分は何をすべきか、そして仲間のために自分が出来ることを精一杯やりなさい。

仲間とは責任の向こう側にしかありません。プレーにおいても、日常生活においても自分の役割、責任を全うしなさい

④ 広尾高等学校全体を応援する集団こそが、野球部であることを忘れない。

野球だけやっても全国大会には行けません。日々の日常生活、そして学業全てが整うから東京で勝つことが出来るのだ。学業、そして委員会、行事、部活動全てにおいて全力投球をしなさい。そして、常に仲間を応援する。さらに、野球部が大会で勝つことで「俺たちだって、私たちだって、やればできるのだ」ということ伝えることを忘れない。東京で勝つには何か東京NO1の力を持っていなければならない。そこで広尾高校野球部は応援、礼儀、挨拶、笑顔、感謝で東京都NO1のチームを目指すことを忘れるな。

⑤ 心技体

何かを習得するには、まずは心が重要だ。素直な心が無ければ指導を受け入れることが出来ないし、心が弱ければ自らを厳しく律することは出来ない。全ては心を整えることが重要であることを忘れるな。

何かを失わなければ、何かを得ることは出来ない。覚悟を持って野球部の活動に取り組みなさい

⑥ 高校生は忙しい

高校背には、常にいろんなことをやらなければならない。勉強、行事、野球、友人関係、新しいツールとしてのスマートフォンそれらをバランスよくこなさなければ、今後の社会に出て通用する人間にはなれない。常に時間を管理し、忙しく、何事も全力投球が出来る人間になりなさい。

広尾高校野球部の重要課題

三配・・・「気配り」「目配り」「手配」

「気配り」・・・自分が置かれている状況、立場を理解した上で、周りに対して自分がどう動くべきか、行動すべきかを考え行動する

「目配り」・・・自分が今、どの様な立場に置かれているのか、置かれている環境を的確に把握する

「手配」・・・「気配り」、「目配り」をした上で、感じた上で行動するために準備を行い、行動すること

人間の行動は「気づく」ことから始まります。「気づき」は日常生活から注意していなければわかりません。

更に、気がついて行動出来なければ何も意味がありません。

野球部を通じてこの三配が出来るようになるのが目標です。

6つの基本

広尾高等学校野球部は6つの基本を大切にする。

「集合」「解散」「礼儀」「挨拶」「感謝」「笑顔」この6つの基本を大切にすること

広尾高校硬式野球部 成功七ヶ条

一、時間、約束を守り準備を怠らないこと

一、自分にも他人にも嘘をつかないこと

一、素直であること

一、負けない、諦めない、逃げ出さないこと

一、やり切る、出し切る、勇気を持つこと

一、常に夢を持ち向上心を持つこと

一、笑顔を忘れず人にやさしく、仲間感謝すること