

栃木県立足利女子高等学校 陸上競技部の活動方針及び年間活動計画等		
顧問名	◎梁宮唯二 向原洋一 亀山雅弘	
目標	○部活動の実施にあたっては、生徒の安全を第一に考えて実施する。 ○自己記録の更新、各種大会での上位入賞、さらには関東大会への出場を目指す。 ○活動をととして、生徒が心身を鍛え、充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養うとともに、生徒の学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の育成を目指す。 ○部員全員の学業成績の向上を目指す。	
活動方針	○生徒の健康管理に十分に配慮し、適正な休養日を確保する。 ○学校生活や授業等に支障のない範囲で、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。 ○日本陸連が示す安全対策の3つの基本（場所の確保・声で知らせる・直前確認）を徹底し、事故防止に努める。 ○熱中症予防対策として、熱中症計を活用した活動のリスクマネジメントを構築する。	
休養日／活動日	○原則として、毎週末曜日と日曜日を休養日とする。 ○大会参加等で日曜日の休養日が確保できなかった場合は、翌月曜日を休養日とする。 ○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。 ○8/12～8/15、12/29～1/3は、オフシーズンとする。	
活動時間	○一日の活動時間は、平日は2時間程度として19時には完全下校とし、休業日は4時間程度とする。活動はできるだけ短時間で、合理的でかつ効率的・効果的に行う。 ○定期試験初日の1週間前から定期試験実施期間（最終日を除く）は原則として活動を行わない。ただし、当該期間においても、大会等参加の場合は、校長の承認を得て活動を実施することもある。	
月	参加予定大会等	その他
4月	6（土）第1回栃木陸上競技協会記録会 12（金）～14（日）栃木県陸上競技春季大会 27（土）第2回栃木陸上競技協会記録会	
5月	4（土）第2回あしかが陸上競技記録会 11（土）～14（火）第60回栃木県高等学校総合体育大会陸上競技大会	
6月	1（土）～2（日）第60回栃木県高等学校陸上競技学年別大会	9（日）長距離練習会
7月	13（土）～14（日）第74回国民体育大会陸上競技栃木県予選会	
8月	18（日）第4回佐野市ナイター陸上競技記録会	
9月	1（日）第3回栃木陸上競技協会記録会 14（土）～15（日）第59回栃木県高等学校陸上競技新人大会	
10月	26（土）～27（日）第8回県高校各支部対抗陸上競技大会	
11月	3（日）第34回女子栃木県高等学校駅伝競走大会	
12月		
1月		
2月		
3月	14（土）第4回栃木陸上競技協会記録会	