

## 栃木県立益子芳星高等学校ソフトテニス部女子の活動方針及び年間活動計画等

|             |  |            |
|-------------|--|------------|
| <b>目標</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○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。</li> <li>○高校総体栃木県予選など各種大会での上位進出を目指す。</li> <li>○活動を通して、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態度を養う。</li> <li>○部員それぞれが技術・課題等について意識的に取り組み、意欲向上や自己肯定感、責任感、連帯感の育成を目指す。</li> </ul> |            |
| <b>活動方針</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の健康管理に十分配慮し、適切な休養日を確認する。</li> <li>○学校生活や授業等に支障がない範囲で、合理的でかつ効率的・効果的に活動する。</li> <li>○活動を通して、生徒の競技力向上を図るとともに、活動を通して競技を楽しむを見出せるようにする。</li> <li>○熱中症を予防することを踏まえて活動する。</li> </ul>                    |            |
| <b>休養日</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○原則、毎週日曜日は休養日とし、土曜日は自主練習日とする。</li> <li>○大会参加等で日曜日の休養日が確保できない場合は、翌週の月曜日を休養日とする。</li> <li>○長期休業中も、学期中と同じ扱いとする。</li> <li>○8月中旬（お盆期間）、年末年始は長期休養とする。</li> </ul>  |            |
| <b>活動時間</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○一日の活動時間は、平日は原則2時間程度として18時半には完全下校とする。</li> <li>○休業日は2時間半程度とする。</li> <li>○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、大会参加の場合は、校長承認を得て活動を実施することもある。</li> </ul>                       |            |
| <b>活動内容</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○校内の練習では、基礎体力の維持と技術向上を図る。</li> </ul>  |            |
| <b>月</b>    | <b>参加予定大会等</b>   | <b>その他</b> |
| <b>4月</b>   | 中部支部選手権 16(金)個人戦・18(日)団体戦<br>県総体県予選 24(土)個人戦・29(木)団体戦  |            |
| <b>5月</b>   | 2級審判取得審判講習会 3(月) 1年生<br>栃木県高校選手権 9(日)個人戦   |            |
| <b>6月</b>   | インターハイ県予選 10(木)個人戦・20(日)団体戦  |            |
| <b>7月</b>   | 国体少年の部選考会 3(土)・4(日)  |            |
| <b>8月</b>   | 技術講習会 7(土)<br>中部支部新人大会 24(火)個人戦・25(水)団体戦   |            |
| <b>9月</b>   | 下野杯 20(月)個人戦   |            |
| <b>10月</b>  |  |            |
| <b>11月</b>  | 新人大会 7(日)個人戦・13(土)団体戦  | 芳賀郡市秋季大会   |
| <b>12月</b>  | 選抜大会 27(月)団体戦  |            |
| <b>1月</b>   | シングルス大会 29(土)  |            |
| <b>2月</b>   |  |            |
| <b>3月</b>   |  |            |