

## 栃木県立真岡高等学校ソフトテニス部の活動方針及び年間活動計画等

|             |   |                  |
|-------------|---|------------------|
| <b>目標</b>   | <p>○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。怪我等の防止に努め、生徒間の話し合いを重視する。</p> <p>○各種栃木県大会での上位入賞、さらには関東大会への出場を目指す。</p> <p>○活動をとおして、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。</p> <p>○部員全員の学業成績の向上を目指す。</p> |                  |
| <b>活動方針</b> | <p>○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。</p> <p>○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。</p> <p>○日々の練習以外に練習試合の機会を持ち、生徒の技術・競技力の向上をめざす。</p> <p>○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。</p>                                |                  |
| <b>休養日</b>  | <p>○原則として、毎週日曜日を休養日とする。</p> <p>○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、翌日曜日を休養日とする。</p> <p>○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。</p> <p>○8/13～8/16、12/29～1/3は、オフシーズンとする。</p>   |                  |
| <b>活動時間</b> | <p>○原則として、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。</p> <p>○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。</p>  |                  |
| <b>月</b>    | <b>参加予定大会等</b>  | <b>その他</b>       |
| <b>4月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 6（土）ジャパンカップ県予選会</li> <li>○ 20（土）中部支部選手権大会（個人戦）</li> <li>○ 27（土）～29（月）高校総体兼関東大会栃木県予選</li> </ul>   | （練習試合 未定）        |
| <b>5月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5日（日）芳賀郡市春季大会</li> <li>○ 11（土）県高校選手権大会</li> </ul>  | ○2日（木）練習試合 対茂木高校 |
| <b>6月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 関東大会</li> <li>○ 7（金）～10（月）インターハイ栃木県予選（個人）16（日）（団体）</li> <li>○ 29（土）～30（日）国体予選</li> </ul>   | ○2日（日）練習試合 予定    |
| <b>7月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 茨城県県西地区研修大会（夏季）</li> </ul>   |                  |
| <b>8月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ インターハイ</li> <li>○ 全日本選手権県予選</li> <li>○ 中部支部新人大会</li> </ul>   |                  |
| <b>9月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 21（土）～22（日）県新人大会</li> </ul>  |                  |
| <b>10月</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 芳賀郡市選手権大会</li> </ul>   |                  |
| <b>11月</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 近県高校選手権大会</li> <li>○ 17（日）下野杯高校大会</li> </ul>   |                  |
| <b>12月</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 茨城県県西地区研修大会（冬季）</li> <li>○ 25（水）県選抜大会（インドア）</li> </ul>   |                  |
| <b>1月</b>   |   |                  |
| <b>2月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1（土）県高校シングル大会</li> </ul>   |                  |
| <b>3月</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 近県高校団体選抜大会</li> <li>○ 中部支部団体選手権大会</li> </ul>   |                  |