

# 栃木県立真岡女子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>○各種大会で、練習の成果を十分に発揮し各個人で目標とする成果を得る。</p> <p>○結果のみを追求するのではなくそこまで至る過程と結果から自ら課題を発見し、解決する力を養う。</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>○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、翌月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>○8/11～8/18、12/29～1/3、3/29～4/3は、オフシーズンとする。</p>  |   |
| <b>活動時間</b> | <p>○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、休養日は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。</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>   | <p>○6(土) ハイスクールジャパンカップ(小口、白戸)</p> <p>○20(土) 中部支部ソフトテニス選手権</p> <p>○28(日)～29(月) 高校総体兼関東大会栃木県予選</p>  | <p>○14(日) 練習試合</p>                          |
| <b>5月</b>   | <p>○11(土) 栃木県高校選手権大会</p> <p>○18(土)～19(日) 全日本シングルスソフトテニス選手権(長崎市、小口千乃)</p>  | <p>○2(木) 練習試合</p> <p>○5(日) 芳賀郡市ソフトテニス大会</p> |
| <b>6月</b>   | <p>○9(日)、10(月)、15(土) 伊ヶ川栃木県予選</p>   |   |
| <b>7月</b>   |   |   |
| <b>8月</b>   | <p>○22(木)～23(金) 中部支部新人大会</p>  |   |
| <b>9月</b>   | <p>○21(土)、23(月) 県新人大会</p>   |   |
| <b>10月</b>  |   |   |
| <b>11月</b>  | <p>○16(土) 下野杯高校大会</p>   |   |
| <b>12月</b>  | <p>○25(水) 県選抜大会(9月の新人戦で団体ベスト8に残った場合のみ)</p>  |   |
| <b>1月</b>   |   |   |
| <b>2月</b>   | <p>○1(土) 県高校シングルス大会</p>   |   |
| <b>3月</b>   |   |   |