

栃木県立茂木高等学校柔道部活動方針及び年間活動計画等

目標	<ul style="list-style-type: none"> ○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る。 ○第77回国民体育大会栃木県競技力向上対策本部、栃木県高等学校体育連盟より、平成31年（令和元年）強化推進拠点校の指定を受け、本校として、できる限りの選手強化に努める。 ○栃木県大会上位入賞、関東大会出場、全国大会出場、さらには関東全国大会で上位入賞を目指す。 ○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。 	
活動方針	<ul style="list-style-type: none"> ○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。 ○生徒の技術・競技力の向上を目的として、長期の休業を利用して他県の強豪校との合同合宿等を行う。（夏季休業中、冬季休業中、春季休業中） ○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。 ○冬季の活動には、暖房等（ジェットヒーター）を利用して怪我防止に努める。 	
休養日	<ul style="list-style-type: none"> ○原則として、日曜日を休養日とする。 ○土曜日が大会等の参加等の場合は、日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。 ○8/13～8/15、12/31～1/4、3/31～4/1は休養日とする。 	
活動時間	<ul style="list-style-type: none"> ○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。 ○始業前のトレーニング等は自主トレとする。 ○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		○27（土）芳賀郡市強化練習会 ※合同練習会又は練習試合計画予定
5月	<ul style="list-style-type: none"> ○4（土）～5（日）県総体兼関東大会栃木県予選会 ○11（土）JOCジュニアオリンピックカップ柔道競技栃木県予選会 ○31（金）～6/2（日）関東高等学校柔道大会 	○19（日）芳賀支部昇段審査会 ※合同練習会又は練習試合計画予定
6月	<ul style="list-style-type: none"> ○5/31（金）～2（日）関東高等学校柔道大会 ○17（月）インターハイ予選会（個人戦） ○22（土）インターハイ予選会（団体戦） ○30（日）国体柔道競技栃木県予選会 	○9（日）芳賀郡市強化練習会 ※合同練習会又は練習試合計画予定
7月	<ul style="list-style-type: none"> ○6（土）～7（日）JOCジュニアオリンピックカップ柔道競技関東地区予選会 ○13（土）中部支部柔道大会 	○7（日）芳賀支部昇段審査会 ○13（土）高体連強化練習会 ○27（土）～29（月）国体強化練習会
8月	○8（金）～13（火）全国高等学校柔道大会（インターハイ）	○20（火）～22（木）国体強化練習会 ※夏季休業中に県外合宿
9月	<ul style="list-style-type: none"> ○8（日）1年生柔道大会 ○21（土）中部支部新人柔道大会 	○8（日）高体連強化練習会 ○22（日）芳賀支部昇段審査会 ○28（土）～29（日）国体
10月		○13（日）芳賀郡市強化練習会 ※合同練習会又は練習試合計画予定
11月	○9（金）～10（土）栃木県新人柔道大会	○24（日）支部対抗柔道大会 ※合同練習会又は練習試合計画予定
12月		○1（日）芳賀支部昇段審査会 ○7（土）国体強化練習会（ジュニア） ※冬季休業中に県外合宿
1月		※合同練習会又は練習試合計画予定
2月	○18（土）～19（日）全国高等学校柔道選手権大会栃木県大会	※合同練習会又は練習試合計画予定
3月	○21（土）～22（日）全国高等学校柔道選手権大会	※春季休業中に県外遠征 ※合同練習会又は練習試合計画予定