

# 栃木県立小山高等学校男子バスケットボール部の活動方針及び年間活動計画等

顧問名	大森 康史      廻谷 真帆      岸 香織	
目標	<p>○活動をとおして、自律した人間を目指す。そのためひとりひとりが心身を鍛え、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>○栃木県高校総体・全国高校総体栃木県予選・選手権大会栃木県予選での上位入賞、さらには全国・関東大会等上位大会への出場を目指す。</p>	
活動方針	<p>○部活動の実施にあたっては、生徒の健康・安全を第一に考えた休養日の設定・合理的かつ効果的なトレーニング計画の立案・実施をする。</p> <p>○時間を効率的に活用し、学業と部活動の両立を図る。</p>	
休養日	<p>○原則として、毎週月曜日を休養日とする。</p> <p>○大会参加等で月曜日の休養日が確保できなかった場合は、翌火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>○夏季休業中、冬季休業中については3日程度の連続した休養日を設定する。</p>	
活動時間	<p>○一日の活動時間は、平日は2時間程度、休業日は4時間程度とする。活動は合理的・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>	
月	参加予定大会等	その他
4月		適宜練習試合
5月	上旬：県総体 中旬：県総体 下旬：地区インターハイ予選	適宜練習試合
6月	上旬：インターハイ県予選 中旬：インターハイ県予選 下旬：インターハイ県予選	適宜練習試合
7月		適宜練習試合
8月	下旬：リーグ戦	適宜練習試合
9月	上旬：リーグ戦 中旬：リーグ戦 下旬：リーグ戦	適宜練習試合
10月	上旬：リーグ戦 中旬：リーグ戦 下旬：全国高校バスケットボール選手権大会栃木県予選	適宜練習試合
11月	上旬：全国高校バスケットボール選手権大会栃木県予選 中旬：リーグ戦 下旬：リーグ戦	適宜練習試合
12月		適宜練習試合
1月	上旬：県新人戦 中旬：県新人戦	適宜練習試合
2月		適宜練習試合
3月		適宜練習試合

**栃木県立小山高等学校〇〇部の活動報告**

月	報告欄	チェック欄		
		休養日	教頭	校長
4月		4月30日		
5月		休養日	教頭	校長
6月		休養日	教頭	校長
7月		休養日	教頭	校長
8月		休養日	教頭	校長
9月		休養日	教頭	校長
10月		休養日	教頭	校長
11月		休養日	教頭	校長
12月		休養日	教頭	校長
1月		休養日	教頭	校長
2月		休養日	教頭	校長
3月		休養日	教頭	校長
年間を通じた反省			教頭	校長

<記入例>

栃木県立〇〇高等学校△△△部の活動方針及び年間活動計画等		
顧問名	◎栃木健太、宇都宮花子、足利次郎	
目標	<p>○高校総体栃木県予選での上位入賞、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>○部員全員の学業成績の向上を目指す。</p>	
活動方針	<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>○生徒の技術・競技力の向上と生徒間の生徒同士や生徒と教師等の望ましい人間関係の構築を目的として、夏季休業中に2泊3日の校内合宿を行う。</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>	
休養日	<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>	
活動時間	<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。</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>	
月	参加予定大会等	その他
4月		○20(土)、27(土) 練習試合
5月	○10(金)～11(土) 高校総体兼関東大会栃木県予選 ○31(金) 関東大会	○3(金)、4(土)、25(土) 練習試合
6月	○1(土)～2(日) 関東大会 ○15(土)～16(日) インターハイ栃木県予選	○8(土) 練習試合 ○22(土) 練習試合
7月	○13(土)～14(日) 国体予選	○6(土)、20(土) 練習試合 ○24(水)～27(土) 県外遠征(泊)
8月	○8(木)～10(土) インターハイ	○3(土) 練習試合
9月		
10月		
11月		
12月		
1月		
2月		
3月		

<記入例>

栃木県立〇〇高等学校△△△部の活動報告				
月	報告欄	チェック欄		
		休養日	教頭	校長
4月	<p>○予定どおり20(土)、27(土)に練習試合を実施。20は〇〇高に4-2で勝、27は××高に2-3で負。</p> <p>○1年生の入部者に例年になく中学校の経験者が多く、今後が楽しみ。</p> <p>○2年生の△△が、27の練習試合で右足小指を骨折。怪我防止に関して、ミーティングを実施。</p> <p>○生徒に疲れが見えたため、29(月)も休養日とし、28(日)と合わせて2日連続の休養日とした。</p>	7(日)・14(日)・21(日)・28(日)・29(月)	✓	✓
5月	<p>○3(金)の練習試合は、〇〇高に2-1で勝、△△高には0-1で負。</p> <p>○4(土)の練習試合は、〇△高に3-2で勝。関東予選前に順調に仕上がっている。少人数の3年生を、2年がよくカバーしている。</p> <p>○10(金)~11(土)の関東大会予選結果は次のとおり。10の1回戦は〇△高に1-0で勝。2回戦は×〇高に5-3で勝。11の3回戦は2-3で×△高に逆転負け。ベスト8となり、関東出場はならなかった。</p> <p>○18(土)の練習試合は〇×高に4-0で勝。1年生の口口を途中から使ったが、よく頑張れた。</p> <p>○中間テストも近くなり、部員に疲れも見えたので、19(日)、20(月)と休みにした。</p> <p>○中間テスト1週間前なので、21(火)~27(月)は活動なしとしたが、自主練習の希望があったので、校長の許可を受けて短時間で実施した。</p>	5(日)・12(日)・18(土)・19(日)・20(月)・26(日)・21(火)~27(月)	✓	✓
6月	<p>○関東大会出場ならず、1(土)に練習試合を入れた。×〇高に1-1で引き分け。〇〇高には1-0で勝利。少し集中力欠如の印象あり、試合後、十分に話し合いをさせた。</p> <p>○8(土)の練習試合は、2試合行い、〇△高に2-0で、×〇高にも3-1で勝。インターハイ予選に向け、手応えを感じた試合となった。</p> <p>○16(日)はインターハイ予選のため、休養日を17(月)に振り替えた。</p> <p>○15(土)、16(日)のインターハイ予選は、団体1回戦〇〇高に2-1、2回戦〇×高に1-0、3回戦で〇〇高に1-0で勝つが、準々決勝で■高に0-1で惜敗。ベスト4に届かなかった。</p> <p>○インターハイ予選では、1年生の口口、2年生の×口、△口、3年生の◇口、〇口の活躍が目立った。3年生はこの試合で引退となる。3年間ご苦労様であった。</p> <p>○22(土)の練習試合は、新チームデビュー戦となった、◇〇高に1-4で敗れた。</p> <p>○期末試験1週間前なので、24(月)~30(日)を休みとした。</p>	2(日)・9(日)・16(日)→17(月)・23(日)・24(月)~30(日)	✓	✓
7月	<p>○予定どおり6(土)、20(土)に練習試合を実施。6はマ◇高に5-2で勝。13は〇▽高に1-1で引分。旧チーム時代から、試合に出ている選手が多く、1年生もよく頑張っていたので、9月からの1年生大会も楽しみである。2年生の△△もケガから復帰し、活躍した。</p> <p>○14(日)は国体予選のため、休養日を15(月)に振り替えた。</p> <p>○13(土)、14(日)の国体予選は、△■高に1-4の完敗であった。3年生相手には力の差があるようだ。</p> <p>○7月に入り異常な暑さが続いた。「熱中症予防のための運動指針」では「WBGTが28~31℃の場合は、厳重警戒(激しい運動は中止)であることを念頭に置き、体温が上昇しやすい運動は避け、通常の倍以上の間隔で休憩を取り、こまめな水分補給に心がけた。また、早朝からの活動を中心とし、暑さのピークとなる14時から16時の活動は避けた。</p>	7(日)・14(日)→15(月)・21(日)・28(日)	✓	✓
8月		休養日	教頭	校長
9月		休養日	教頭	校長
10月		休養日	教頭	校長
11月		休養日	教頭	校長
12月		休養日	教頭	校長
1月		休養日	教頭	校長
2月		休養日	教頭	校長
3月		休養日	教頭	校長
年間を通した反省			教頭	校長

【確認事項】

- ◇記入にあたっては、なるべく以下のものは原則として記入することとする。
  - 1 記入すべきもの
    - ①参加した大会等 ②練習試合の回数 ③県外等への参加 ④泊を伴うもの
  - 2 その他
    - ①生徒の事故及びヒヤリハット事案等 ②生徒の状況等についての特記事項等
- ◇少なくとも、なるべく学期単位で作成し、校長等の確認を受ける。

## 栃木県立小山高等学校の部活動に係る活動方針（案）

<b>目標</b>	<p>○部活動は、学習指導要領の趣旨を踏まえ、学校の教育活動の一環として実施するものであることから、活動する生徒が部活動をとおして余暇を有効に活用して心身を鍛え、充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養う。</p> <p>○部活動をとおして、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等の望ましい人間関係の構築を図るとともに、学習意欲を向上させ、自己肯定感、責任感、連帯感を育成する。</p> <p>○部活動の実施に当たっては、所属する生徒の技術・競技力の向上を図るとともに、部活動をとおして個性を伸ばさせ、自ら選択した競技等を生涯にわたって楽しむ意欲と態度を養う。</p> <p>○安全管理を徹底し、活動中に起きた「ヒヤリ・ハット」事例を共有して安全対策を講じるなど、学校全体での意識高揚をはかりながら、生徒が安心安全に参加できる部活動運営を行う。</p>
<b>休養日</b>	<p>○原則として、週当たり2日以上休養日を設ける。その際、できるだけ、週末（土曜日及び日曜日）の少なくとも1日を休養日とする。週末に、大会参加等で休養日が確保できない場合は、休養日を他の日に振り替える。ただし、中学生より心身が発達している生徒が、本校の部活動での活動を自ら選択し、入学者選抜を経て入学してきたことを踏まえ、本校の実情、競技種目、分野、活動目的等に応じて、週当たりの休養日については、原則として示された日数よりも少なくすることも可能とする。その際も、できるだけ、週末のいずれか一日を休養日とする。</p> <p>○大会参加等で休養日が確保できない場合は、休養日を他の日に振り替える。</p> <p>○長期休業中は、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。</p>
<b>活動時間</b>	<p>○一日の活動時間については、本校の実情、競技種目、分野等の特性などに応じて適切に設置する。生徒の健康管理に十分に配慮し、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>○原則として、平日の活動は16時30分から2時間程度として19時には完全下校とし、休業日の活動は9時から3時間程度とする。ただし、中学生より心身が発達している生徒が、本校の部活動での活動を自ら選択し、入学者選抜を経て入学してきたことを踏まえ、本校の実情、競技種目、分野、活動目的等に応じて、休業日の一日の活動時間については、原則として示された時間よりも長くすることも可能とする。その際も、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>○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）、年末年始及び校長が指定した日は部活動を行わない。ただし、当該期間において、大会等参加によりやむを得ず活動する場合は、事前に校長に申し出て承認を得る。</p>
<b>設置する部活動</b>	<p>【運動部】 野球（男）、ボクシング（男・女）、サッカー（男）、水泳（男・女）、陸上競技（男・女）、剣道（男・女）、バスケットボール（男・女）、バレーボール（男・女）、ソフトテニス（男）、テニス（男・女）、卓球（男・女）、ウェイトリフティング（男・女）、バドミントン（男・女）</p> <p>【文化部】 美術、吹奏楽、写真、書道、茶華道、放送、科学、ユネスコ、文芸</p> <p>【同好会】 軽音、歴史研究、合唱、ダンス、かるた</p>
<b>大会参加</b>	<p>各々が参加できる大会は次のとおりとする。ただし、参加に当たっては、生徒の健康面及び学習面に十分配慮するとともに、保護者の経済的負担を考慮する。</p> <p>ア 県高等学校体育連盟、県高等学校野球連盟、県高等学校文化連盟が主催・共催・後援する大会</p> <p>イ 県スポーツ協会加盟の競技団体が主催・共催・後援する大会</p> <p>ウ 事前に校長が参加を許可したその他の大会等</p>
<b>部活動の運営</b>	<p>(1) 生徒の健康・安全への配慮</p> <p>○部活動顧問は、生徒はまだ自分の限界や心身への影響等について十分な知識や技能をもっていないことを前提として、計画的な活動により、各生徒の発達段階、体力、修得状況等を把握し、無理のない練習となるよう留意するとともに、生徒の体調等の確認、設備・用具等の定期的な安全確認、事故が起こった場合の対処の仕方の確認、医療機関等への連絡体制を整備する。</p> <p>○部活動顧問は生徒の活動に立ち会い直接指導することを原則とするが、直接練習に立ち会えない場合は、他の教員と連携・協力したり、あらかじめ部活動顧問と生徒との間で約束された安全面に十分留意した内容や方法で活動させ、部活動日誌等により活動内容を把握できるようにする。</p> <p>○部活動顧問は、天候の急変などに備えあらかじめ代替案を準備し、活動時の気象情報を確認して、危険と判断される場合には、ためらうことなく計画の変更・中止等の適切な措置を講ずる。また、熱中症事故を予防するために、水分補給や健康観察を適切に実施する。</p> <p>(2) 体罰等の禁止</p> <p>○部活動顧問は、いかなる理由があっても、部活動の指導において体罰等を厳しい指導として正当化することは誤りであり、決して許されないものであるとの認識をもち、体罰等のない指導に徹する。</p> <p>(3) 保護者の理解と協力を得た活動</p> <p>○保護者の理解と協力は、部活動の運営上欠かすことができないことから、部活動顧問は、活動の目標・方針、休養日、一日の活動時間、活動内容等について、説明会を開く等の方法で、保護者に周知する。</p>