栃木県立宇都宮中央女子高等学校　卓球部　の活動方針及び年間活動計画等

顧問名	◎川俣友人　稲川景子　吉國耕史
目標	○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。 ○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。 ○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。 ○部員全員の学業成績の向上を目指す。
活動方針	○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。 ○熱中症予防対策として、WBGT計を活用した活動のリスクマネジメントを構築する。
休養日	○原則として、毎週日曜日を休養日とする。 ○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。 ○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。 ○８／11～８／18、12／29～１／２は、オフシーズンとする。
活動時間	○一日の活動時間は、平日は90分として19時には完全下校とし、休業日は３時間程度とする。 ○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	○19（金）～20（土）関東大会中部支部予選	○13(土)、27(土) 練習試合
５月	○1(水)～３(金) 関東大会栃木県予選 ○24(金)～25(土) インターハイ中部支部予選	○11(土)、12(日) 練習試合
６月	○７(金)～９(日) インターハイ栃木県予選 ○29(土)　国体予選	○１(土) 練習試合 ○22(土) 練習試合
７月	○13(土)～14(日) 国体予選	○6(土)、13(土) 練習試合 ○31(土)～8/2(月)卓翔杯
８月		○23(金)～ 25(日) 中部支部強化練習会
９月	○15(日)全日本ジュニア選手権大会県予選	○８(日)、14(土)練習試合
10月		○19(土)、27(日)練習試合
11月	○4(月)、8(金)、9(土) 栃木県新人大会	○3(日)、16(土)練習試合
12月	○1(日)東京ジュニア選手権大会県予選	○21(土)～22(日) 中部支部強化練習会
１月	○11(土)全国選抜シングルス県予選 ○24(土)～25(日)　中部支部新人戦	○5(日)練習試合 ○18(土)練習試合
２月		○3日程度練習試合
３月		○2日程度練習試合 ○21(土)～22(日) 中部支部強化練習会 ○28(土)～30(月)卓翔杯