

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	<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、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。 ○活動をとおりて、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	<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。 ○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	<ul style="list-style-type: none"> ○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	<ul style="list-style-type: none"> ○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		
5月		
6月		
7月		
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