

栃木県立宇都宮南高等学校陸上競技部の活動方針及び年間活動計画等(※部顧問作成)		
顧問名	◎石野雄基、磯寿人、小栗、渡邊伸夫、ヤスミン・サユリ	
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とともに、生徒の安全への関心を高める。 ○各種大会での上位入賞、上位大会への出場を目指す。 ○活動をとおして、強靱な肉体と目標に向かって努力を継続できる精神を養う。 ○部員全員の学習意欲の向上を図る。 	
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・競技力の向上と意欲の喚起を目的として、長期休業中に他校との合同合宿を行う。 ○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。 ○雷雨等の悪天候に際しては、安全に十分配慮し、活動中止や屋内練習への切り替えなどの対応を行う。 	
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。 ○8/13～8/18、12/29～1/3は、オフシーズンとする。 	
活動時間	<ul style="list-style-type: none"> ○1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	総合体育大会栃木県予選会陸上競技	
6月	栃木県陸上競技選手権大会	
7月		
8月		
9月	栃木県陸上競技新人大会	
10月	県高校各支部対抗陸上競技大会	
11月	栃木県高等学校駅伝競走大会(男女)	
12月		
1月		
2月		
3月		