

陸上競技部の活動方針



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。 ○昨年度からの記録更新、決勝進出を目指す ○活動をととして、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	【活動方針】 ○できるだけ短時間で、効率的・効果的な活動をおこなう。 ○生徒の健康管理に十分配慮し、適正な休養日を確保する。 【休養日】 ○原則として、毎週木曜日と日曜日を休養日とする。 ○オフシーズンの日程を設け、生徒に適正な休養をとらせる。 ○定期試験 1 週間前から定期試験実施期間は、自主練習として積極的な休養を促す。 【活動時間】 ○1 日の練習時間は、平日は 2 時間程度、休業日は 3 時間程度とし、短時間で効率的・効果的な活動をおこなう。 ○定期試験 1 週間前から定期試験実施期間（最終日は除く）は、自主練習として積極的な休養を促す。	
年間計画	参加予定大会等	その他
4 月	○栃木県陸上競技春季大会	
5 月	○栃木県高校総体陸上競技大会	
6 月	○栃木県陸上競技記録会	
7 月	○栃木県陸上競技選手権大会	
8 月	○国民スポーツ大会陸上競技栃木県予選会 ○栃木県陸上競技記録会	
9 月	○栃木県高校陸上競技新人大会 ○県高校各支部対抗陸上競技新人大会	
10 月		
11 月	○栃木県高等学校駅伝競走大会	
12 月		
1 月		
2 月		
3 月	○栃木県陸上競技記録会	