

栃木県立石橋高等学校卓球部の活動方針及び年間活動計画等		
目標	1. 部活動を通して、心身の健全な育成、特に人間的な成長を図る。 2. 一生を通して、卓球を嫌いにならない素地を育成する。 3. 卓球が出来ることに感謝の気持ちが持てる。 4. 練習を通して技術の向上の喜びを体感する。 5. 自分の技量を最大限に活かし、試合に一つでも多く勝てるようになる、さらに勝てる喜びを知る。	
活動方針	1. 学習を最優先に考え、生徒が主体的かつ自律的に練習やスケジュールの管理などを行う。 2. 大会やチームの目標を十分考慮して、休養日を計画的に設定する。 3. 部員間や他の部活動との連携・協力の姿勢を保ちながら活動に取り組む。 4. 体調不良の場合は治療を最優先し、活動は休む。自分の体は自分しか分らない。 5. 個人の目標を明確にし、その練習や練習試合で何を向上させたいのか、さらに次の課題は何なのかを考える。 6. 効果的な練習を心がけ、目標実現のために何をなすべきかを考えてプレーする。	
休養日	1. 原則として、日曜日は休養日とする。 2. 大会参加や練習試合等で日曜日が休養日とならなかった場合は、月曜日を休養日とする。 3. 体調管理は各人が自律的に行い、疲労の状態や体調不良と判断した場合は、部活動を休み治療と回復に専念する。 4. 長期休業中も学期中に準じた扱いとする。 5. お盆や年末年始、高校入試期間は部活動は休止とする。	
活動時間	1. 一日の活動時間は、原則として平日は2時間程度として19時には完全下校とする。 2. 休業日の練習時間は校内3時間程度とする。練習試合等の場合は、遅くとも17時には帰路につけるようにする。	
月	参加予定大会等	その他
4月	関東中部地区予選（4／18・19）	
5月	関東大会県予選（5／3・4・6） インターハイ中部地区予選（5／23、24）	
6月	インターハイ県予選（6／13・14・16） 国体県予選（6／30）	
7月		
8月	審判講習会（8／7）	
9月	全日本ジュニア県予選（9／23）	
10月		
11月	県新人戦（11／7・8・9・10） 東京ジュニア県予選（11／30）	
12月		
1月	全国選抜県予選（1／13） 中部地区新人戦（1／16・17）	
2月		
3月		