

## 栃木県立石橋高等学校柔道部の活動方針及び年間活動計画等

<b>目標</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○部活動を通して心身共に成長を図る。</li> <li>○県大会ベスト8(団体)関東出場(個人)。</li> <li>○他校との生徒との交流を通して、社会性の向上を図る。</li> <li>○部員全員の学業成績の向上を目指す。</li> </ul>	
<b>活動方針</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の健康管理や怪我の未然防止に十分配慮しながら活動をおこなう。</li> <li>○活動については生徒が主体的におこなう。</li> <li>○目標設定をおこない、生徒自身が課題をもって取り組む。</li> <li>○「精力善用」「自他共栄」の精神を常に念頭に置いて活動をおこなう。</li> </ul>	
<b>休養日</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○原則として土曜日か日曜日のどちらかが休養日。</li> <li>○大会や合同練習等で土日に休養がとれなかった場合は翌日を休養とする。</li> <li>○長期休業中は学期中に準ずる。</li> <li>○疲労の様子を見ながら適宜休養日をもつける。</li> </ul>	
<b>活動時間</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○平日は原則2時間程度</li> <li>○休日は原則3時間程度(合同練習等があった場合は休憩を挟み1日おこなう場合もあり)</li> <li>○定期試験初日の1週間前から原則活動をおこなわない。</li> </ul>	
<b>月</b>	<b>参加予定大会等</b>	<b>その他</b>
<b>4月</b>		毎月の随時練習試合及び県外遠征
<b>5月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○関東大会栃木県予選 5/2</li> <li>○関東ジュニア体重別栃木県予選 5/17</li> </ul>	
<b>6月</b>	○全国高校総体栃木県予選 6/15 6/22	
<b>7月</b>	○中部地区強化練習会 7/12	
<b>8月</b>		
<b>9月</b>	○栃木県新人戦 9/27	
<b>10月</b>	○新人中部地区新人大会 10/18	
<b>11月</b>	○栃木県新人戦 11/15	
<b>12月</b>		
<b>1月</b>	○全国高校選手権栃木県予選 1/24.25	
<b>2月</b>		
<b>3月</b>		