

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	<ol style="list-style-type: none"> 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	<ol style="list-style-type: none"> 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からない。 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	<ol style="list-style-type: none"> 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	<ol style="list-style-type: none"> 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		