

## 栃木県立上三川高等学校女子テニス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>○生徒の安全を第一に考えて実施する。</li> <li>○レギュラー選手は、個人戦での県大会出場と団体戦での県大会ベスト8を目指す。</li> <li>○運動が苦手な生徒も、体力づくりの一環として精一杯参加する。</li> </ul>	
<b>活動方針</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の健康管理に十分に配慮する。</li> <li>○学校生活や授業等に支障のない範囲で、効率的な活動を行う。</li> <li>○夏場の熱中症対策として、交代制での練習とこまめな休憩をとる。</li> </ul>	
<b>休養日</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○原則として、毎週日曜日を休養日とする。</li> <li>○雨やコートコンディションが悪い場合には、休養日にする。</li> </ul>	
<b>活動時間</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○平日の活動時間は、夏場は18時まで。日没時間が早くなる冬場は17時までとする。休業日の練習は午前中のみ。ただし練習試合は1日練習になる。</li> <li>○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、大会参加の場合は実施することもある。</li> </ul>	
<b>月</b>	<b>参加予定大会等</b>	<b>その他</b>
<b>4月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○4月13日(土) 関東大会栃木県予選(個人ダブルス)</li> <li>○4月28日(日) 関東大会栃木県予選(団体)</li> </ul>	
<b>5月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○5月 3日(金) 全国高校総体中部支部予選(ダブルス全部、シングルス1部)</li> <li>○5月 4日(土) 全国高校総体中部支部予選(シングルス)</li> <li>○5月18日(土) 全国高校総体栃木県予選(個人ダブルス)</li> <li>○5月19日(日) 全国高校総体栃木県予選(個人シングルス)</li> </ul>	
<b>6月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○6月 2日(土) 全国高校総体栃木県予選(団体)</li> </ul>	
<b>7月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○7月 7日(土) 公立高校関東大会栃木県予選</li> <li>○7月24日(水) リーダー講習会</li> <li>○7月26日(金) 1年生大会(団体予選リーグ)</li> <li>○7月30日(火) 1年生大会(団体決勝)</li> </ul>	
<b>8月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○8月18日(日) 県高校新人大会中部支部予選(ダブルス)</li> <li>○8月19日(月) 県高校新人大会中部支部予選(シングルス)</li> </ul>	
<b>9月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○9月14日(土) 県高校新人大会栃木県予選会(ダブルス)</li> <li>○9月15日(日) 県高校新人大会栃木県予選会(シングルス)</li> </ul>	
<b>10月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○10月27日(日) 県高校新人大会栃木県予選会(団体)</li> </ul>	
<b>11月</b>		
<b>12月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○12月22日(日) 強化大会</li> <li>○12月25日(水) 強化大会</li> </ul>	
<b>1月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○1月19日(日) 県高体連中部支部大会(団体)</li> <li>○1月25日(土) 県高体連中部支部大会(ダブルス)</li> <li>○1月26日(日) 県高体連中部支部大会(シングルス)</li> </ul>	
<b>2月</b>		
<b>3月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○3月20日(金) 強化大会</li> <li>○3月21日(土) 強化大会</li> </ul>	