

## 栃木県立上三川高等学校女子卓球部の活動方針及び年間活動計画等

<b>目標</b>	<p>○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。</p> <p>○高校総体栃木県予選での上位入賞、さらには関東大会への出場を目指す。</p> <p>○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。</p>	
<b>活動方針</b>	<p>○生徒の健康管理に十分に配慮し、適正な休養日を確保する。</p> <p>○学校生活や授業等に支障のない範囲で、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。</p> <p>○生徒の技術・競技力の向上と生徒間の生徒同士や生徒と教師等の望ましい人間関係の構築を目的として、夏季休業中に2泊3日の校内合宿を行う。</p> <p>○熱中症予防対策として、熱中症計を活用した活動のリスクマネジメントを構築する。</p>	
<b>休養日</b>	<p>○原則として、毎週日曜日を休養日とする。</p> <p>○大会参加等で日曜日の休養日が確保できなかった場合は、翌日曜日を休養日とする。</p> <p>○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。</p> <p>○8/11～8/18、12/29～1/3、3/29～4/3は、原則としてオフシーズンとする。</p>	
<b>活動時間</b>	<p>○一日の活動時間は、平日は2時間程度として19時には完全下校とし、休業日は4時間程度とする。</p> <p>○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、当該期間においても、大会等参加の場合は、校長の承認を得て活動を実施することもある。</p>	
<b>月</b>	<b>参加予定大会等</b>	<b>その他</b>
<b>4月</b>	○19(金)～20(土) 高校総体兼関東大会 中部地区予選	
<b>5月</b>	○1(水)～3(金) 高校総体兼関東大会 栃木県予選 ○24(金)～25(土) インターハイ 中部地区予選	○18(土) 練習試合
<b>6月</b>	○7(金)～9(日) インターハイ 栃木県予選 ○29(土) 国体予選	
<b>7月</b>		
<b>8月</b>	○23(金)～25(土) 第1回中部支部強化練習会	
<b>9月</b>	○14(土)～15(日) 全日本ジュニア 県予選	
<b>10月</b>	○5(土) 全日本一般 県予選	
<b>11月</b>	○1(金), 3(日), 4(月) 県新人大会 ○30(土) 東京ジュニア 県予選 (男子)	
<b>12月</b>	○1(日) 東京ジュニア 県予選 (女子) ○14(土) 東京一般 県予選 ○21(土)～22(日) 第2回中部支部強化練習会	
<b>1月</b>	○24(金)～25(土) 中部地区新人大会	
<b>2月</b>		
<b>3月</b>	○21(土)～22(日) 第3回中部支部強化練習会	