

栃木県立鹿沼高等学校 バスケ(女)部 の活動方針及び年間活動計画等

顧問名	○ 靱山秀夫、大山知恵美、伊藤大輔、赤羽貴久（4名とも男女兼任）	
目標	部活動の実施に当たっては、生徒の安全を第一に考え怪我等の防止に努めて実施する。 各県大会でのベスト4進出および関東大会への出場を目指す。 活動をととして、生徒自身が主体的に心身を鍛え充実した学校生活を送ることで自己肯定感・責任感・連帯感の育成を目指す。 部員全員の学習意欲、学業成績の向上をはかり、主体的に進路を切り拓く生徒を育てることを目指す。	
活動方針	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。 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。 練習試合などの対外活動は、学校行事や大会日程を考慮し肉体的、精神的、金銭的に極度な負荷のない範囲で実施する。 生徒の技術・競技力の向上と生徒同士や生徒教師間の望ましい人間関係の構築を目的とした合宿を夏季休業中に行う。 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。	
休養日	原則として、毎週土日のいずれかを休養日とする。また、直近に大会がない時期は、平日のうち1日をコンディショニングを目的とした負荷の軽い練習を行う活動的休養日とする。 大会参加、大会準備期間で土日に休養日を確保できなかった場合は、翌月曜日を休養日または活動的休養日とし代替する。 長期休業中も学期中に準じた扱いとする。 8/11～8/18、12/29～1/4、3/30～4/1は、オフシーズンとする。	
活動時間	放課後の活動時間は2時間程度とし、19時の完全下校を徹底する。休業時の活動時間は3時間程度とする。 練習試合については、可能な限り多くの選手に出場機会を設け、特定の生徒に活動時間が偏らないようにする。 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。	
月	参加予定大会等	その他
4		
5	栃木県高等学校総合体育大会兼関東大会予選（上旬）	
6	全国高校総体県中部地区予選（上旬） 全国高校総体県予選（中旬）	関東高校バスケットボール大会
7		
8	中部地区リーグ戦（未定）	全国高校総体バスケットボール競技
9	中部地区リーグ戦（未定）	
10	全国高等学校バスケットボール選手権大会（Winter Cup）県予選（下旬）	
11	全国高等学校バスケットボール選手権大会（Winter Cup）県予選（上旬） 中部地区リーグ戦（未定）	
12		NSSU Basketball Workshop 矢板市バスケットボール協会長杯 高等学校大会（いずれも予定） 全国高等学校バスケットボール選手権大会
1	栃木県高等学校バスケットボール新人大会兼関東新人大会予選（上・中旬）	
2		
3		県高校強化大会（選抜選手のみ） OYAMA Middle Cup（予定）