

## 運動部活動方針様式



## 陸上競技部の活動方針

|      |  |        |
|------|--|--------|
| 目 標  | <p>○活動をとおり、充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養う。<br/>         ○活動中のリスクマネジメントを徹底し、自ら傷病に対する事前予防のできる能力の獲得。<br/>         ○関東大会や全国大会への出場を目指す。<br/>         ○進路実現のために部員の学力の向上を目指す。</p>   |        |
| 活動方針 | <p>【活動方針】</p> <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。<br/>         ○競技力の向上を図るための主体的な意思決定・行動選択を促す。<br/>         ○学校生活を軸に、短時間に合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。</p> <p>【休養日】</p> <p>○原則として、毎週日曜日を休養日とする。<br/>         ○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、翌週に休養日を設定する。<br/>         ○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。<br/>         ○お盆、年末年始には3日以上連続した休養日を設定する。<br/>         ○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> <p>【活動時間】</p> <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3時間程度とする。活動はできるだけ短時間で、合理的でかつ効率的・効果的に行う。</p> |        |
| 年間計画 | 参加予定大会等  | その他    |
| 4月   | ○18(金)～20(日)栃木県陸上競技春季大会（カンセキスタジアムとちぎ）<br>○27(日)第2回栃木県陸上競技協会記録会（カンセキスタジアムとちぎ）   |        |
| 5月   | ○9(金)～12(月)栃木県総合体育大会陸上競技大会（カンセキスタジアムとちぎ）<br>○31(土)第3回栃木県陸上競技協会記録会（県総合第2競技場）  |        |
| 6月   | ○1(日)第3回栃木県陸上競技協会記録会（県総合第2競技場）<br>○13(金)～16(月)関東高校陸上競技大会（カンセキスタジアムとちぎ）   |        |
| 7月   | ○4(金)～6(日)栃木県陸上競技選手権大会（カンセキスタジアムとちぎ）<br>○19(土)20(日)国民スポーツ大会陸上競技栃木県予選会（県総合第2競技場）  | 補助員協力  |
| 8月   | ○31(日)栃木県高等学校陸上競技新人大会（カンセキスタジアムとちぎ）  |        |
| 9月   | ○6(土)7(日)栃木県高等学校陸上競技新人大会（県総合第2競技場）<br>○27(土)28(日)県高校各支部対抗陸上競技新人大会（県総合第2競技場）  | インターハイ |
| 10月  | ○18(土)19(日)関東高等学校選抜陸上競技新人大会（山梨・甲府）<br>○26(日)第4回栃木県陸上競技協会記録会（カンセキスタジアムとちぎ）  |        |
| 11月  | ○2(日)栃木県高等学校駅伝競走大会（佐野市）  |        |
| 12月  | ○25(木)～28(日)日本陸連U-19強化研修関東地区合宿（カンセキスタジアムとちぎ）   |        |
| 1月   |  |        |
| 2月   |  |        |
| 3月   | ○28(土)第6回栃木陸上競技協会記録会（カンセキスタジアムとちぎ）   |        |