

栃木県立益子芳星高等学校陸上競技部の活動方針及び年間活動計画等

目標	<ul style="list-style-type: none"> ○人格を磨く（自主性・社会性を身につける） ○応援される人になる ○競技力を高める 	
活動方針	<ul style="list-style-type: none"> ○陸上競技に本気で取り組む ○自己管理（健康面・安全面）を徹底する 	
休養日	<ul style="list-style-type: none"> ○原則として日曜日・水曜日を休養日とする ○大会参加等で確保できない場合は、適宜休養日を設ける ○その他、練習の内容に応じて休養日を設ける ○長期休業中も学期中に準じた扱いとする ○お盆期間及び年末年始は各自練習期間とする 	
活動時間	<ul style="list-style-type: none"> ○平日は16時～18時（18時30分完全下校）の2時間程度、祝日・休日は9時～12時の3時間を目安とする ○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、大会等がある場合は校長の承認を得て活動を実施することもある 	
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ○基礎体力を高めることを基本に、競技力を高める ○土曜日は可能な範囲で陸上競技場や自然環境（階段・坂道等）での練習を行う ○長期休業中に他校との合同合宿（夏1回・冬1回）および合同強化練習（適宜）を行う 	
月	参加予定大会等	その他
4月	<ul style="list-style-type: none"> ○18日（金）～20日（日） 第71回栃木県陸上競技春季大会 	<ul style="list-style-type: none"> ○6日（日） 栃木陸上競技協会記録会
5月	<ul style="list-style-type: none"> ○9日（金）～12日（月） 第66回栃木県高等学校総合体育大会陸上競技関東並びに全国高校陸上競技大会県予選 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
6月	<ul style="list-style-type: none"> ○13日（金）～16日（月） 関東高等学校陸上競技大会 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
7月	<ul style="list-style-type: none"> ○4日（金）～6日（日） 第96回栃木県陸上競技選手権大会 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
8月	<ul style="list-style-type: none"> ○31日（日） 第65回栃木県高等学校陸上競技新人大会 第29回関東高等学校選抜新人陸上競技選手権大会 県予選 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
9月	<ul style="list-style-type: none"> ○6日（土）～7日（日） 第65回栃木県高等学校陸上競技新人大会 第29回関東高等学校選抜新人陸上競技選手権大会 県予選 ○27日（土）～28日（日） 第14回栃木県高等学校各支部新人陸上競技大会 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
10月	<ul style="list-style-type: none"> ○18日（土）～19日（日） 第29回関東高等学校選抜新人陸上競技大会 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
11月	<ul style="list-style-type: none"> ○2日（日） 栃木県高等学校駅伝大会 	<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
12月		<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
1月		<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
2月		<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会
3月		<ul style="list-style-type: none"> ○記録会・練習会