

栃木県立小山西高等学校水泳部の活動方針及び年間活動計画等

目標	<p>○日々の練習を通して、大会出場して自己ベストを目指す。</p> <p>○主に個人競技で参加するが、生徒同士の支え合い、励まし合い、高め合えるチーム作りを基礎とする。</p> <p>○主体的に行動する態度を身につけ、自ら心身を鍛え、健康で充実した学校生活を送る。</p> <p>○部活動の実施は、生徒の安全安心を第一として実施し、生徒の体調等に配慮しながら行う。</p>	
活動方針	<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、主体的に活動し、合理的でかつ効率的・効果的な練習を行う。</p> <p>○熱中症予防対策として、熱中症計の使用と休憩や飲水などに配慮する。</p>	
休養日	<p>○原則として、毎週月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>○夏期休業中と年末年始に連続した休養日を設定する。</p>	
活動時間	<p>○一日の活動時間は、平日は2時間程度とし、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。(クラブチーム所属の部員は各クラブでの活動)</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>	
月	参加予定大会等	その他
4月		
5月		
6月	<p>○4(土)～5(日) 栃木県高等学校総合体育大会</p> <p>○18(土)～19(日) 関東高等学校水泳競技大会 栃木県予選会</p>	
7月	<p>○20(水)～22(金) 関東高等学校水泳競技大会</p>	
8月	<p>○21(日) 栃木県高等学校水泳競技大会新人大会</p>	
9月		
10月		
11月		
12月		
1月		
2月		
3月		