

陸上競技 部の活動方針



目 標	<p>○部活動指導に当たり、生徒の生命と健康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>○自己記録の更新、上位大会出場（関東大会、インターハイなど）を目標とする。</p> <p>○部としての成績のみならず、学業の成績の向上も目指す。</p>	
活動方針	<p>【活動方針】</p> <p>○生徒の健康管理に十分配慮し、適切な休養を確保する。</p> <p>○熱中症予防対策として、部活動のリスクマネジメントを構築する。</p> <p>○危機管理マニュアルを活用しながら、活動中に起きた「ヒヤリ・ハット」事例を共有し部活動をしていく。</p> <p>○生徒の技術・競技力の向上と生徒間や生徒と教員等の望ましい人間関係の構築を目的として、長期休業中には2泊程度の合宿を年3～4回程度行う。</p> <p>○競技力・チーム力の向上を目指し、定期的に他校と合同練習を行う。</p> <p>【休養日】</p> <p>○シーズンオフは特に定めないが、生徒の体調を考慮し週1～2日程度休養日をもうける。</p> <p>○原則として、毎週日曜日とする。</p> <p>○大会参加等で日曜日が確保できなかった場合、月曜日を休養日とする。</p> <p>○定期試験初日の一週間前から定期試験実施期間（最終日を除く）は部活動を行わない。ただし、大会参加によりやむを得ず活動する場合は、事前に校長に申し出て承認を得る。</p> <p>○原則、8/13～16、12/30～1/3は、休養期間とする。</p> <p>【活動時間】</p> <p>○原則として1日の活動時間は、平日2～3時間程度、休日は3～4時間程度実施する。合同練習や大会等で基準の活動時間を超えて活動する場合には、健康管理に十分配慮する。</p>	
年間計画	参加予定大会等	その他
4月	栃木陸上競技協会記録会 栃木県陸上競技春季大会	合同練習
5月	栃木県高等学校総合体育大会陸上競技大会	
6月	栃木陸上競技協会記録会 関東高等学校陸上競技大会	合同練習
7月	栃木県陸上競技選手権大会 国民スポーツ大会陸上競技栃木県予選会 全国高等学校陸上競技対校選手権大会【インターハイ】	合同練習
8月	関東陸上競技選手権大会	合同合宿
9月	栃木県高等学校陸上競技新人大会	
10月	栃木県高等学校各支部新人陸上競技大会 関東高等学校選抜新人陸上競技選手権大会 栃木陸上競技協会記録会	
11月		合同練習

12月	栃木県高体連南部支部駅伝競走大会	合同練習
1月		合同練習
2月		合同練習
3月	栃木陸上競技協会記録会	合同練習