

栃木県立宇都宮高等学校卓球部の活動方針及び年間活動計画等

目標	○部活動の実施にあたっては、生徒の安全を第一に考えて実施する。怪我等の防止に努め、生徒の自主自律による運営を重視する。 ○活動を通して、生徒が心身を鍛え、充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養う。 ○部活動をペースメーカーとして活用し、学習との両立を図る。	
活動方針	○長時間の活動ではなく短時間に凝縮されて充実した活動を目指し、効率的な活動を実施する。 ○生徒の健康状態に十分注意し、無理をさせず積極的な休養を心がける。 ○熱中症対策としてこまめな水分補給、活動時間の短縮を行う。 ○感染症予防対策及び健康管理として、換気を十分に行うとともに、手洗いうがいを励行する。37.5℃以上の発熱がある場合は、無理に練習に参加させない。 ○活動で使用する施設、用具の消毒を定期的に行う。	
休養日	○休養日は原則として毎週日曜日及び平日一日とし、部活動は実施しない。 ○日曜日に大会があった場合は他の活動日を休養日として振り替える。また通常の活動日に大会があった場合も、他の活動日を休養日と設定する。 ○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。また、8/11～16及び12/28～1/3を休養日とする。	
活動時間	○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、効率的・効果的に行うことを意識する。（必要に応じて短縮、休止する場合がある。） ○定期考査初日の1週間前から定期考査実施期間は原則として活動を行わない。ただし、試験期間においても1週間以内に大会に参加する場合には、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月	○20日（木）21日（金）令和5年度栃木県高等学校総合体育大会中部地区予選会 兼 第73回関東高等学校卓球選手権大会中部地区予選会 ○29日（土）30日（日）令和5年度栃木県高等学校総合体育大会卓球競技 兼 第71回関東高等学校卓球大会栃木県予選会	○16日（日）練習試合@栃木高校
5月	○30日（火）31日（水）全国中部予選会	
6月	○9日（金）10日（土）11日（日）全国県予選会	
7月	○8日（土）国体少年の部県予選会	○審判講習会（7月または8月）
8月		○審判講習会（7月または8月）
9月	○10日（日）全日本ジュニア県予選会	
10月		
11月	○2日（木）3日（金）10日（金）11日（土）県新人大会	
12月	○10日（日）東京ジュニア県予選	
1月	○6日（土）全国選抜シングルス県予選 ○16日（火）17日（水）中部新人大会	
2月		
3月		