

栃木県立宇都宮高等学校柔道部の活動方針及び年間活動計画等

目標	○部活動指導に当たっては、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、生徒間の話し合いや保護者との連絡を密にとるようにする。 ○栃木県大会上位入賞、関東大会出場以上を目指す。 ○柔道部の活動を通して、生徒が心身を鍛え、人格の完成を目指し、充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養うと共に、生徒の学習意欲や責任感・連帯感などの育成を目指す。 ○学業も怠らない、文武両道を目指す。	
活動方針	○生徒の健康管理・怪我等を十分に配慮し、適正な休養日を確保する。 ○感染症の対策として、換気・手洗い・うがい・器具や柔道衣の消毒などを徹底する。 ○限られた時間で合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。 ○生徒の体力・技術・競技力向上と、生徒同士や対教師の望ましい人間関係の構築をする。 ○適時様子を見ながら、近隣の学校や大学等への出稽古、練習試合、合宿遠征を行う。 ○熱中症予防や他の怪我等に対してリスクマネジメント対策をする。	
休養日	○原則として、毎週日曜日を休養日とする。大会参加や強化練習・遠征等で確保出来ないときは、翌月曜日などを休養日とする。 ○長期休業中も適時休養日を設ける。 ○8/13頃～8/16頃のお盆の時期、年末年始。	
活動時間	○活動時間は、平日は2時間程度とする。休業日は3時間程度とする。活動は短時間で合理的かつ効率的・効果的に行うようにする。 ○定期考査1週間前から考査実施期間（最終日は除く）は原則として活動を行わない。ただし、当該期間に大会等参加の場合は、校長の承認を得て活動を実施する。	
月	参加予定大会等	その他
4月		
5月	2日（金）栃木県高校総体兼関東高校柔道大会県予選 17日（土）関東ジュニア柔道体重別選手権県予選 31日（土）～関東高等学校柔道大会（東京）	昇段昇級審査会
6月	1日（日）関東高等学校柔道大会（東京大会） 15日（日）全国高校総体栃木県予選（インターハイ予選）個人 22日（日）全国高校総体栃木県予選（インターハイ予選）団体	昇段昇級審査会
7月	12日（土）中部支部強化練習会 夏季校外合宿予定	昇段昇級審査会
8月	夏季校外合宿予定	昇段昇級審査会
9月	27日（土）栃木県高校新人柔道大会兼関東選抜柔道大会（個人）	昇段昇級審査会
10月	25日（土）高体連中部支部新人柔道大会	昇段昇級審査会
11月	15（土）栃木県高校新人柔道大会（団体）	昇段昇級審査会
12月	とちまるチャレンジカップ大会（団体） 文武両道杯全国高等学校柔道大会（団体）	昇段昇級審査会
1月	24（土）全国高校柔道選手権大会県予選（個人） 25（日）全国高校柔道選手権大会県予選（団体）	昇段昇級審査会
2月	東北大学柔道大会（団体）	昇段昇級審査会
3月	慶應大学柔道大会（個人） 一橋大学柔道大会（団体）	