

栃木県立宇都宮女子高等学校 陸上競技部の活動方針及び年間活動計画等		
顧問名	◎栗原浩司 倉田孝明 川島淳史 石塚みどり	
目標	○部活動は、学習指導要領の趣旨を踏まえ、学校の教育活動の一環として実施し、生徒が充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養う。 ○異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等の望ましい人間関係の構築を図るとともに、スポーツや文化及び科学等に親しみ、学習意欲を向上させ、自己肯定感、責任感、連帯感を育成する。 ○安全管理を徹底し、活動中に起きた「ヒヤリ・ハット」事例を共有して安全対策を講じるなど、学校全体での意識高揚をはかりながら、生徒が安心安全に参加できる運営を行う。 ○文武両道、礼儀を重んじる、一生勉強・一生青春、全員自己新	
活動方針	○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。 ○学校生活や授業等に支障のない範囲で、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。 ○生徒の技術・競技力の向上と生徒間の生徒同士や生徒と教師等の望ましい人間関係の構築を目的として、夏季と冬季に他校との合同合宿を行う。 ○熱中症予防対策として、熱中症計を活用した活動のリスクマネジメントを構築する。	
休養日	○原則として、毎週日曜日を休養日とし、大会のない週の木曜日は積極的休養日とする。 ○大会参加等で日曜日の休養日が確保できなかった場合は、翌日曜日を休養日とする。 ○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。 ○8/13～8/16、12/29～1/3、連続した休養日とする。	
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3～4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。 ○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。	
月	参加予定大会等	その他
4月	○2(土)第1回記録会(加須) ○15(金)～17(日)県春季大会(加須) ○24(日)第2回記録会(加須) ○30(土)佐野スプリント(佐野)	
5月	○12(木)～15(日)県高校総体(加須) ○28(土)～29(日)栃木県U18・U16記録会(第2競技場)	
6月	○17(金)～20(月)北関東総体(加須)	
7月	○1(金)～3(日)県選手権(加須) ○16(土)～17(日)国体予選(加須)	
8月	○3(水)～7(日)インターハイ(鳴門) ○9(火)～11(木)?夏季合宿 ○19(金)～21(日)関東選手権(山梨)	
9月	○4(日)第3回記録会(加須) ○10(土)～11(日)県新人大会(下野) ○17(土)新人投擲(県投てき場)	
10月	○6(木)～10(月)国民体育大会(加須) ○8(土)～9(日)支部新人大会(県第2) ○21(金)～23(日)U18日本選手権(愛媛) ○22(土)～2(日)関東新人(笠松)	
11月	○3(木)県駅伝大会(佐野) ○6(日)第3回佐野スプリント(佐野) ○19(土)関東駅伝(ひたちなか)	
12月	○25(日)～28(水)関東合宿(東京)	
1月	○7(土)～9(月)?冬季合宿	
2月		
3月	○18(土)第3回記録会 ○25(土)第4回佐野スプリント(佐野)	