

## 「部活動に係る活動方針（要点）」

### （１）半期ごとに活動計画表を提出する

- 1) 各部活動の活動予定について、各部顧問は前期・後期の各6ヶ月分の活動計画を作成し学校長に提出する。
- 2) 提出の流れ《各顧問→教頭→校長》提出締切《前期4月中旬 後期9月中旬》

### （２）休養日の設定及び活動時間の基準は以下のとおりとする

- 1) 週当たり2日程度の休養日を設ける。平日に1日、週末に1日の休養日を目安に、年間でおおむね105日程度の休養日を設定することとする。
- 2) 大会参加等で活動した場合には、休養日を他日に振り替えるなどの配慮をする。

### （３）1日の活動時間は以下のとおりとする

原則として、平日は2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む）は3時間程度を目安とするが、練習試合や合宿等についてはこの限りではない。その場合は、他日に十分な休養が取れるよう配慮する。

### （４）朝練習及び練習時間の延長について

- 1) 原則として、朝練習及び練習時間の延長は行わない。
- 2) ただし、大会やコンクール前など、必要があると学校長が判断した場合は、集中的に技能向上等が図れるよう、朝練習や練習時間の延長をすることができる。
- 3) 生徒自身の自主的活動は認める。その場合、学習や学校生活のバランスを考慮した活動内容・活動時間となるよう、事前に学校長の承認を得ながら実施する。（ここで言う「自主的活動」とは、技能向上等に向けた個別の主体的練習をいう。）

### （５）ハイ・シーズンの設定

- 1) 目標とする各種大会で力を発揮するためには、個人及びチームの技能を集中的に強化する時期が必要である。そのような時期を「ハイ・シーズン」と位置づけて、学校長の判断により、活動日や活動時間を増やすことができる。
- 2) また、競技や種目等の特性に応じて、チーム力や技術力向上のための練習を確保する必要がある場合も、一定期間、活動日や活動時間を増やすことができる。
- 3) その分の休養日を別途に確保し、年間のバランスを保ち、生徒の身体的な疲労蓄積や燃え尽き等を防止するとともに、学校生活全般に対する意欲の維持・向上に配慮する。