

学校の運動部・文化部活動に係る活動方針

<国のガイドラインより> 休養日等の設定

- ① 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日(以下「週末」という。)は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。)
- ② 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。
- ③ 1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日(学期中の週末を含む)は3時間程度とし、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。

なお、休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、運動部共通、学校全体、市区町村共通の部活動休養日を設けることや、週間、月間、年間単位での活動頻度・時間の目安を定めることも考えられる。

本校のクラブ活動は、運動部・文化部ともに、原則として上記のガイドラインに示された内容を踏まえて、必要な休養日を設けることとする。

ただし、具体的な休養日は、試合および合宿・遠征等、それぞれの部活動の実態に合わせて各クラブ毎に設定することを認める。その場合は、年間の休養日の合計が上記ガイドラインの定める日数を大きく下回ることがないように留意することとする。