



長野県丸子修学館高等学校 部活動方針

令和2年4月

目標	<ul style="list-style-type: none">生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図る。芸術文化等の活動に親しみ、多様な表現や鑑賞、研究や競技等の活動を通して、豊かな心や創造性の涵養を目指す。将来においても、豊かな芸術文化等の活動を実現する資質・能力を育む。バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにする。生徒の自主的、自発的な参加により行われ、教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組む。学校全体として部活動の指導・運営に係る適切な体制を構築する。
適切な休養の設定	<ol style="list-style-type: none">① 学期中は、原則として、週当たり2日以上以上の休養日を設ける（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）。② 週末に大会や練習試合・発表会等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。③ 長期休業中の休養日の設定は、原則として、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、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。④ 1日の活動時間は、平日及び学校の休業日（学期中の週末を含む）とともに、長くとも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（ここでの活動時間に「準備・片付け」「ミーティング」などは含まない）。なお、大会や練習試合・発表会等で、基準とする1日の活動時間を上回る場合には、他の日の活動時間を調整するなど、週当たりの活動時間にも留意する。⑤ 高体連及び高野連・高文連等の大会に向けての休養日の設定は、4週間前まで例外も認める。
指導体制の工夫	<ul style="list-style-type: none">スポーツ医・科学の見地から立った指導を心掛ける。分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングの積極的な導入等を図る。外部人材を取り入れ、高度な技術指導を行う。各分野の研修会へ積極的に参加し、適切な指導能力向上に努める。
その他	<ol style="list-style-type: none">① 年度当初に年間計画を作成する（3月中）。② 年間計画を保護者に説明する（4月当初）。③ 年間計画に基づき月ごとの計画を作成し、生徒及び保護者へ配布する（毎月）。④ 大会及び練習試合など、学校外で活動する場合は日程などを保護者へ連絡をする（その都度）。