



長野県岡谷東高等学校 運動部活動方針

2022年4月

目標	バランスのとれた心身の成長を促し、人格の形成を支えることを目標とする。特に自己肯定感、責任感、連帯感を育み社会性を養うことに重きをおく。また、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教員等との好ましい人間関係の構築を図る。加えて、運動習慣を確立し、生涯にわたって心身の健康を保持増進できる資質や能力の育成を目指す。
運営方針	<p>運動部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理（スポーツ傷害の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）を徹底する。</p> <ol style="list-style-type: none">1 学期中は、原則として、週あたり2日以上以上の休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、週末は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。）2 長期休業中の休日の設定は、原則として、学期中に準じた扱いとする。3 シーズンにオン・オフを有する種目においては、1年間を通算したときに上記1の設定に近づけるようにする。4 1日の活動時間は原則として、正味の平均練習時間が3時間程度までとなることとし、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。5 生徒の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会を精査する。6 熱中症事故防止の観点から、「熱中症予防運動指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、WBGTで「厳重警戒以上」での活動においては、常に顧問が生徒の観察を行える体制をとる。また、活動場所に「熱中症暑さ指数計」を設置することが望ましい。7 顧問会が主催して、科学的(効率的・効果的)トレーニング方法やスポーツ栄養論、応急措置などの研修会の機会を設ける。8 顧問会では、本活動方針について、常に見直しを行うこととする。
指導体制の工夫	<p>専門的見地を有する保健体育担当の教員や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。</p> <p>地域でその種目を専門としている社会人またはクラブチームの責任者等と連絡を取り合い、専門的見地から助言をもらえるような体制をとる。</p>
その他	<p>部員数の不足による意欲や競争心の低下を防止するため、近隣の学校との合同練習や合同研修・合同合宿等を取り入れる。</p> <p>年に1回は、保護者と懇談できる機会を設ける。</p>