

## 部活動に係る活動方針

滋賀県立玉川高等学校

本校では、生徒が自主的・自発的にスポーツや文化に親しむことを通して体力や技能の向上、仲間づくりや連帯感・協調性・自己肯定感などの涵養に資する部活動の意義は大きいと考えています。今後もその意義をふまえ、部活動が活発に行われるよう努めます。

また、部活動においては、学習との両立を図るため、計画的で効果的な練習日程や練習方法を考える必要があります。そのため、本校では、成長期にある生徒が、運動、食事、休養、睡眠等のバランスをとり、生活の中で部活動と学習とがともに充実するよう、以下のような部活動の活動方針を作成しました。今後は、これらのことをもとに、各部活動を実施して参ります。

### 記

- ア 生徒の自主的・自発的な参加により行われ、合理的で効率的・効果的に取り組めるよう目標を設定する。(目標は、部活動ごとに部目標、年間目標、短期目標、個人目標などを部の実態に応じて設定する。)
- イ 生徒の体力や技能に応じ、健康管理に努めながら、無理のない練習メニューづくりをする。
- ウ 通常の活動時間としては、平日は概ね3時間以内、週休日および学校の休業日は概ね3～4時間以内とする。
- エ 休養日としては、平日1日以上。それに加え、週休日については4週あたり2日以上を設定する。(なお、大会等の日程の関係で、予定をしていた休養日に活動をする場合は、その前後2週間のうちに休養日を設定する。)
- オ 朝練習は原則行わない。
- カ 保護者や地域との連携を図る。特に生徒の健康状態や生活状況を把握するため、保護者との連絡を適宜行う。

以 上

平成31年4月