

## 西海学園高等学校 運動部活動に係る活動方針

### スポーツ医・科学的見地から

- ・ジュニア期におけるスポーツ活動時間について、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること」さらに「週当たりの活動時間の上限は16時間未満とすること」が望ましい。(公益財団法人 日本スポーツ協会)

### スポーツ庁

運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

### 学校法人 西海学園高等学校

学校法人西海学園 運動部活動の在り方に関するガイドライン

- ・「生徒のバランスのとれた生活と成長の確保」「スポーツ障害の予防」のほか、スポーツ医・科学的な必要性や生徒の発育・発達過程でのパフォーマンスの発揮や本人のやる気・意欲の向上のためにも、競技や種目の特性を踏まえつつ、運動部活動において適切な休養日及び活動時間を設定すること。
- ・生徒がスポーツを楽しむ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・能力の育成を図るとともに、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なること。
- ・生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組むこと。
- ・学校全体として運動部活動の指導・運営に係る体制を構築すること。

### 運動部活動に係る学校の実情等

#### 【生徒や保護者、地域の実情】

地域の方々も部活動を通じて、本校に強い関心を持っていただいております。体力や技能の向上だけでなく競技力の育成が求められています。

#### 【施設等の使用状況】

敷地内 グラウンド、体育館、テニスコート・野球場が設備されている。体育館は男女バスケットボール部が、**ローテーション**により利用している。またバレーボール部も共用している。

#### 【強化指定等】

陸上部  
男子バスケットボール部

### 本校の活動方針

#### 【部活動のねらい】

- ・生徒が主体的に意欲的に部活に取り組み、心身の健康と体力の向上を目指す。
- ・部活動を通じて協調性、連帯感や責任感などを育成すると共に、相手に対する敬意、指導者に対する礼儀や感謝の心を養ってゆく。
- ・目標に向かって互に練習しながら、豊かな人間性を築き心身ともに健全な育成を図り、競技力の向上に努めてゆく。

#### 【休養日及び活動時間】

- ・週あたり原則として1日程度の休養日をとるものとする。
- ・平日の活動時間は原則として3時間程度とする。
- ・考査期間は、練習を原則として1時間程度とする。但し公式試合がある場合はこの限りではない。
- ・長期休業中は、ある程度の休養期間を設けるように配慮をする。

#### 【活動計画立案（大会参加の目安を含む）及び提出と公開】

- ・年度初めに年間の活動計画を(活動日・参加予定大会の日程及び休養日等)を作成する。

#### 【研修参加及び情報の共有、保護者や外部指導者との連携】

- ・部活動指導者研修会などにも積極的に参加し、指導におけるスキルの向上を目指してゆく。また保護者への大会案内の通知と承諾を事前に行う。

#### 【熱中症等の事故防止について】

- ・顧問・生徒共に熱中症の知識を深め、部活顧問はその予防のため天候や生徒の活動を的確に把握し、適宜その対策を行う。
- ・休養日を設定して、疲労の蓄積がないように適切に指導する。

#### 【生徒のニーズを踏まえた運動部設置の検討】

- ・学校の実態に応じた部活動を設置し、現行部活への強化を目的に総合的に判断し毎年検討する。本校に設置されていないスポーツに取り組んでいる生徒については、保護者責任のもと大会に出場させることができる。