

岡山県立笠岡高等学校 運動部活動に係る活動方針

1 本校の運動部活動（20部）

男子（10部）：剣道、山岳、サッカー、ソフトテニス、陸上競技、ハンドボール、バレーボール、卓球、バスケットボール、バドミントン

女子（10部）：剣道、山岳、サッカー、ソフトテニス、陸上競技、ソフトボール、バレーボール、卓球、バスケットボール、バドミントン

2 目 標

- (1) 知・徳・体のバランスのとれた健全な成長につながる活動を目指す。
- (2) 生徒自ら目標や課題を設定し、解決に向けて仲間と共に考え、判断し、実践する自立した活動を支援する。
- (3) 科学的トレーニングを積極的に導入し、合理的でかつ効率的・効果的な活動を目指す。

3 運動部活動の運営について（校内での取り決め事項等）

(1) 休養日及び活動時間について

- ① 休養日 原則、週当たり2日以上。

休日：土・日のうち1日は休日を取るよう配慮する。

- ② 活動時間 平日：2時間程度（上限3時間）。朝練習は1日の活動時間に含む。

休日：3時間程度（上限4時間）。 ※試合・大会は除く

・3月～10月第3回考査までは18時30分、10月第3回考査～2月までは18時までとする。

・休日および長期休業中の最終下校時刻は17時とする。ただし、午後に行事がある場合は平日に準ずる。

・試合・大会前2週間のうち5日間、活動時間を30分延長することができる。

※活動時間：「身体的トレーニング効果が期待される時間」

移動、準備、片付け、ミーティング、複数校での練習試合における試合間の休憩・見学等は活動時間に含まない。

- ③ その他

・土曜日開放講座が実施される場合、土曜日の午前中は原則、活動を禁止とする。

・原則、定期考査1週間前（土日含む）は部活動を行わない。

・高体連の認めた大会もしくは国体予選が、考査期間内または考査後2週間以内にある場合、1時間程度の活動をすることができる。

(2) 県外遠征

- ・県外遠征については、県内に準ずる距離（即日帰校のみ）であれば認める。

(3) 合宿

・合宿は長期休業中で補習・学校行事の計画されていない日であること。

・合宿は年3回までとし、1回の宿泊日数は3泊までとする。

・泊を伴う練習試合・合同練習等は合宿として扱う。

・高体連や各協会より選出された強化合宿等については上記の回数に含めない。