



## 長野県飯山高等学校 運動部活動方針

令和8年4月

|                |   |
|----------------|---|
| <b>目標</b>      | クラブ活動と学業の両立により豊かな人間性を養う。<br>スポーツを通して地域活動に取り組み、進んで社会に貢献する人物を育成する。  |
| <b>運営方針</b>    | 「長野県高等学校の運動部活動方針」に則り、本校の部活動の方針は以下の通りとします。<br><br><b>【休養日の設定】</b><br>○学期中、原則として週当たり2日以上の休養日を設ける。<br>・平日は少なくとも1日、土曜日・日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする。<br>・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<br><br><b>【活動時間の目安】</b><br>○1日の活動時間は、平日および休業日ともに3時間程度とする。<br>・「活動時間」には、会場への移動、準備、片付け、ミーティングなどは含まない。<br>・大会参加や練習試合等で基準とする1日の活動時間を上回る場合は、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。<br><br><b>【長期休業の活動】</b><br>○長期休業中の休養日・活動時間も原則として学期中に準じた扱いを行う。<br><br><b>【休養日・活動時間の調整】</b><br>○本校にはスポーツ科学科があり県内外から寮生活をしながら部活動を行っている生徒がいること、また、スキー部のようなシーズン競技やワンダーフォーゲル部のような特殊な活動時間の競技がある。そのため、休養日及び活動時間等の設定においては、月間、年間単位で計画的に調整を行う部活動もある。 |
| <b>指導体制の工夫</b> | 外部指導者の活用  |
| <b>その他</b>     | 運動部顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）並びに毎月の活動計画を作成し、校長に提出するとともに、当該運動部の生徒・保護者へ情報提供を行う。  |