

部活動ガイドライン

1 休養日

- ・週当たり2日以上（年間104日以上）の休養日を設ける。（週当たり、11時間程度の活動時間）
- ・学校閉庁日や災害時、休校時は部活動を行わない。
- ・休養日には、朝練習や自主練習も行わない。
- ・学校として定めている「部活なし」の日、「テスト前の部活動中止日」を遵守する。
- ・大会前であることを理由に活動を行う場合は、大会がその週の週末であり、全国・全道大会及びその出場権のかかった予選であることとし、大会直前の数日が部活動中止日である場合においてのみ、「1日だけ」許可する。
- ・活動場所で測定した暑さ指数(WBGT)が31℃以上の場合は、原則として活動を行わない。

2 活動時間

- ・1日の活動時間は、長くとも平日では**2時間程度**、学校の休業日（学期中の週末を含む）は**3時間程度**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。
- ・特別な事情がない限り、原則として平日の朝や昼休みの練習は行わない。
- ・大会等の当日において、活動時間が3時間以上になる場合は、十分な休養を取ることができるよう、その後の休養日や活動時間を設定する。

3 学校単位で参加する大会等の見直し

- ・原則として「月」の大会参加数を「2回以内」とする。
- ・リーグ戦や大会・選考会等が追加で入った場合（勝ち上がって、全道、全国大会に出場するなど）は、必ず休息日を別日に振り替え、顧問も交互に休息日を確保する。
- ・原則として中学生のカテゴリー外の大会は、保護者引率で個人として参加する。

4 外部指導者(大会引率者含)

- ・校長の方針、及び各部活動顧問の希望があった場合、外部コーチを募る。地域、保護者、生徒のニーズ、校内の顧問指導体制を鑑み、各部活動後援会や全校メール、町広報への依頼等、広く募る。
- ・外部コーチを導入する際は、勝利至上主義に陥ることなく、外部コーチが部の指導方針、及び本ガイドラインを理解した上で、指導に当たる。
- ・設置部活動外で中体連各種大会に参加する生徒の引率や指導において、外部コーチ(大会引率者・コーチ)制度を積極的に活用する。その際はガイドラインに沿い、事故対応や学校との連絡体制等、適切に行う体制をつくる。