

## 部活動での指導ガイドライン

岩手県立葛巻高等学校

### 【基本的な考え方】

成長期にある生徒が、運動・食事・休養および睡眠のバランスのとれた生活を送り、学習・部活動などの学校生活と、学校外の活動とをあわせて充実したものとするができるよう、具体的な基準を設ける。

### 【具体的な基準】

#### 1 学期中の休養日および活動時間の設定

- (1) 週1日以上以上の休養日を徹底しながら、年間平均で週あたり2日以上以上の休養日を設ける。
- (2) 1日の活動時間は年間計画（オンシーズン・オフシーズン）に従って設定し、おおむね1時間に1回以上の休憩を取りながら活動する。

### 【衛生・運営】

#### 1 衛生管理について

- (1) 生徒は自らの体調を管理し、不良の場合は無理することなく、各顧問に申し出る。
- (2) 部活動に当たっては、各顧問は、常に各部員の体温や体長などの観察を行い、安全確保・事故防止に努める。
- (3) 学校は、救急体制を整備し、不測の事態に備える。
- (4) 感染症対策として、必要に応じ、換気・消毒等に努める。

#### 2 対外活動について

- (1) 対外活動においては、事前に生徒・保護者に参加・交通手段の確認をとる。
- (2) 生徒の健康だけでなく、地域の状況を把握し、当日にあっても中止することに躊躇しない。

#### 3 その他

部活動にあたって、どうしても顧問が帯同できない場合は時間帯には、練習メニューを各部で工夫するなど事故の未然防止に努める。