

## 兵庫県立八鹿高等学校 部活動方針

- 1. 学期中は週当たり2日以上 of 休養日を設定する。長期休業中も学期中に準じる。(平日及び土日等の休業日にそれぞれ1日以上設定)** ただし、やむを得ない事情(※)により上記休養日の設定が行えない場合は、活動日設定週の期間の翌週から16週以内のできるだけ早い時期に、平日は平日、休業日は休業日に休養日を設定することとする。
- 2. 1日の活動時間は、長時間になりすぎないように配慮する。**
- 3. 長期休業中や定期考査期間などを利用し、ある程度の長期オフシーズンを設定するように配慮する。**
- 4. けがや事故、熱中症の予防のため、安全に十分に配慮した指導を行う。**なお、熱中症の予防については、公財「日本スポーツ協会」の指針なども参考にする。

※やむを得ない事情の例

- ◇大会・コンクール等への参加やその直前の練習
- ◇ケガ等の防止、体力・技術の維持向上のための練習
- ◇地域等からの要請による行事や催し等への参加やその直前の練習
- ◇運動部の応援としての試合への同行 など