

2025 年度 甲南女子中学校・高等学校 部活動に係る活動方針

スポーツ庁及び文化庁から出された「部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」に則り、本校の部活動を以下のように実施する。

（休養日）

1. 学期中は、週当たり 2 日以上 of 休養日を設ける。

①平日は少なくとも 1 日を休養日とする。

②土曜日及び日曜日は少なくとも 1 日以上を休養日とする。

○各部は年間活動計画の中で休養日を指定する。

○部員数が多く、活動場所の有効活用が必要である場合、中学部と高校部で活動を分け、前項の要領で別々の曜日を指定することができる。（中高によらない分割をする場合、分割したグループで生徒が重複しないこと）

○土曜日、日曜日連続の活動が許可される場合

・公式戦やコンクール等が土曜日、日曜日にわたって行われる場合

・公式戦やコンクール等が日曜日に行われ、前日の土曜日に練習を希望する場合

・対外的な練習試合や合同練習が日曜日に行われ、前日の土曜日に練習を希望する場合
この場合の練習時間は 2 時間程度とする。

いずれの場合も休養日を月曜日（月曜日が祝日・代休等の場合は火曜日）に振り替える。

※「公式戦やコンクール等」…『部活動細則』付記事項 1, 2 を参照

③休養日には自主練習、朝練習、昼練習を行わない。

2. 長期休暇中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いとする。また、夏季休業日には、1 週間以上のまとまった休養期間（オフシーズン）を設ける。

（活動時間）

3. 1 日の活動時間は、長くとも平日では 2 時間程度、学校休業日（学期中の土曜日、日曜日を含む）は 3 時間程度とする。

公式戦やコンクール等、対外的な練習試合や合同練習等はこの限りではない。ただし、全日行われる練習試合や合同練習等は、複数週連続して行わないものとする。

4. 公式戦やコンクール等の前などの理由がある場合、生徒指導部の許可を得て、平日は 30 分延長して活動することができる。

（延長練習〔延刻〕：『甲南のかがみ』教務諸規定 7 参照。2 週間前から 7 回を限度とする。）

5. 原則として定期考査 1 週間前から定期考査最終日の前日まで活動停止とする。公式戦やコンクール等の 1 週間前については、生徒指導部の許可を受けて 1 時間以内の活動を行うことができる。（特別練習）

6. 完全下校時刻

①3 月 1 日～2 学期中間考査一週間前の前日…18:00

②2 学期中間考査一週間前～2 月末日…17:30

③休業日・定期考査期間中・家庭学習日・長期休暇中・土曜日…16:30

※休業日の活動時間は 9:00～16:30 を原則とし、1 日練習は行わない。（活動時間 3. 参照）

※夏期休暇中のうち、Ⅰ期とⅢ期の講習期間中に限り、18:00 までの延長を認める。ただし、延長する場合は、事前に生徒指導部の許可を得た上で、練習時間は 3 時間程度とする。

〔附則〕

1. 各部顧問は、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、毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し、校長に提出する。

2. 本活動方針並びに年間及び月間の活動計画等について本校ホームページに掲載し、公表する。

3. 各部の活動方針や活動計画について、入部の際や保護者会などで生徒や保護者等に説明し、理解を得ることに留意する。

◎活動方針に関する補足事項

・平日の休養日が試合前日や試合当日と重なった場合

その週もしくは翌週のうちに休養日を設定する

・休養日と祝日が重なった場合

祝日に活動しなかった場合は、休養日になる

祝日に活動した場合は、別の曜日を休養日として設定する

・休養日を月曜日に設定し、土・日連続して活動した場合

月曜日は休養日とし、もう 1 日の休養日を、その週の火曜～金曜で設定する

・公式戦（土・日連続活動）が 2 週以上連続して行われる場合

月曜日は休養日とし、もう 1 日の休養日を、公式戦終了後速やかに設定する

※文化祭審査・学芸会・文化祭公開日は公式戦と同様の扱いとする

・土曜日午後、本校にて練習試合が行われる場合

18:00（冬時間は 17:30）までの延長を認める