

## 佐世保市立広田中学校（水泳部）活動方針・活動計画

## 1 年間目標

- (1) 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む「日本型学校教育」の意義を踏まえ、スポーツに親しませる。
- (2) 生涯にわたって心身の健康の保持増進に努め、心豊かで健康的なライフスタイルを実現するための資質・能力を育成する。

## 2 指導体制

- ① 顧問教員（ 大久保 恭子 ） ② 外部指導者（ なし ）

## 3 部員数

○第1学年 4名 ○第2学年 5名 ○第3学年 2名 ◎合計 11名

## 4 活動方針

本校が定める部活動活動方針に沿って活動を行う。

## 5 活動計画

- ① 学期中は前期・後期ともに、週当たり2日の休養日を設ける。この場合、月曜から金曜日において1日、土曜日・日曜日は少なくとも1日以上以上の休養日を設定する。
- ② 「家庭の日」（毎月第3日曜日）は部活動の練習を行わない「ノー部活動デー」とする。
- ③ 土曜日・日曜日の両日に大会参加等により部活動を行った場合は、直近の月曜日あるいはその翌日を休養日とするなど、休養日を他の日に振り替え、適切に休養日を設定する。
- ④ 夏季・冬季・学年末休業期間における休養日についても、学期中に準じて休養日を設定する。
- ⑤ 活動時間については、1日の練習時間は学期中の平日においては2時間以内、祝祭日を含む土曜日・日曜日及び長期休業期間中は3時間以内を原則とする。また、週当たりの活動時間の合計は16時間を上限とし、これを著しく上回ることがないように計画を立てる。
- ⑥ 活動終了後の完全下校時間については、日没時間や交通機関の運行を考慮し以下のように設定する。
- ア 4月～8月 18:45      イ 9月 18:15      ウ 10月・2月 18:00
- エ 11月～1月 17:45      オ 3月 18:15
- ⑦ 学校閉庁期間については、すべての部活動の活動を停止する。（年末・年始の休日を含む）
- ⑧ 定期テストにおいてはテスト前5日及びテスト1日目・2日目は活動停止とする。
- ⑨ 学校行事等の実施及び準備において、生徒の健康管理に支障があると判断した場合及び練習場所の確保が困難な場合は活動を停止する。

## 6 年間活動予定

|    |                                                               |   |
|----|---------------------------------------------------------------|---|
| 前期 | 佐世保市中学校体育大会<br>長崎県中学校体育大会<br>県北地区夏季水泳大会<br>県北地区秋季水泳大会         | 4 |
| 後期 | 佐世保市民体育祭水泳競技<br>長崎県ジュニア秋季水泳大会<br>全国JOC 春季長崎県予選<br>県北地区秋季室内記録会 | 4 |

## 7 参加予定大会等

参加予定大会等については月別練習予定表による。