

## 部活動に係る活動方針

埼玉県立大宮中央高等学校  
単位制による定時制の課程

### 1 目的

この方針は、部活動が好ましい人間関係の構築や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するものであることから、成長期にある生徒が運動、食事、休養のバランスの取れた生活を送り、心身ともに健康で部活動を行うための基本的な事項を定めるものである。

### 2 部活動の指導計画

各部にあっては年間指導計画を定める。

### 3 部活動の活動時間

活動時間は原則として平日 2 時間程度、学校の休業日（学期中の週休日を含む）は 3 時間程度とする。

### 4 部活動の休養日

休養日は学期中週当たり 2 日以上設ける。

週休日等に大会参加等で活動した場合には、休養日を他の日に振り替える。

長期休業中は一定程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

### 付 この方針の運用開始日

この方針は平成 31 年 4 月 1 日より運用を開始する。