

# 秋田県立大曲農業高等学校運動部活動に係る活動方針

## 休養日・活動時間の設定について

1. 平日の活動は2～3時間程度とする。
2. 土曜日、日曜日、祝日等の休業日は3～4時間程度とする。
3. 長期休業中の活動においては、適度な回数（週1回程度）の休養日を設ける。活動時間は3～4時間程度とする。
4. 定期考査前1週間、考査中の練習時間は1時間程度とし、学習時間を確保する。
5. 平日は、週あたり1日以上休養日を設ける。
6. 週末は、月あたり2日以上休養日を設ける。

## 指導上の留意点

1. 顧問は練習中に休憩時間を設け、水分補給を行い、熱中症やけがの防止に努める。
2. 顧問は練習中に生徒の健康観察を適切に行い、体調が優れない生徒については、無理をさせず、休ませるなど適切に対応する。
3. 合理的に準備運動を行い、けがを未然に防ぐようにする。
4. 学年や個人差を十分に配慮した指導を行う。
5. 顧問は責任を持って、施設・設備・用具の定期点検を行う。
6. 顧問が出張や会議等で不在時のけがの対応については、主将や主務に対処方法を指導し、徹底させる。