

五ヶ瀬中学校部活動基本方針

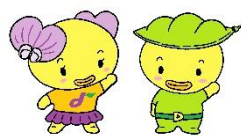
[学期中の活動方針]

- 「家庭の日（第3日曜日）」は、部活動は原則休みにする。
- 「週2回」以上の休養日を必ず設定する。その際、1回は土・日のいずれかに設定する。
- ※ 平日1日の休養日は、学校全体のリフレッシュデイを充てる。（基本日は水曜日とする。11月～1月は木曜日）
- ※ 大会や練習試合へ参加する必要がある場合には、その週の他の曜日で休養日を設ける。（大会前の休業日練習については、学校長判断とする。）
- ※ 「家庭の日」に大会等へ参加する場合は、学校長が認めた活動は可とする。その場合には、その週の他の曜日で休養日を設ける。

[長期休業中の活動方針]

- 「家庭の日（第3日曜日）」は、部活動は原則休みにする。
 - ※ 大会等へ参加する場合のみ活動を可とする。
その場合には、その週の他の曜日で休養日を設ける。
- 「週2回」以上の休養日を必ず設定する。（原則平日は水曜日）
その際、1回は土・日のいずれかに設定する。
 - ※ 大会や練習試合へ参加する必要がある場合には、その週の他の曜日で休養日を設ける。
- 最低1回は、3日以上（オフシーズン）の連休（夏季・冬季休業）

【平成30年作成、令和4年一部改正】



早寝・早起き・朝大豆