

# 【運動部活動方針について】

## 埼玉県立特別支援学校塙保己一学園

個々の発達段階を理解し、健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育むためのバランスのとれた指導と活動にする。くれぐれも大会等で勝つことのみを重視し過重な練習を強いることがないようにする。

### [指導について]

運動部活動が下記のような様々な意義や効果をもたらすものとして、十分に理解したうえで指導を行う。

- スポーツの楽しさや喜びを味わわせ、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。
- 体力の向上や健康の促進につなげる。
- 保健体育科等の教育課程内の指導で身に付けたものを発展、充実させたり、活用させたりするとともに、運動部活動の成果を学校の教育活動全体で生かす機会とする。
- 自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成する。
- 自己の力の確認、努力による達成感、充実感を実感させる。
- 互いに競い、励まし、協力する中で友情を深めるとともに、学級や学年を離れて仲間や指導者と密接に触れ合うことにより学級内とは異なる人間関係の形成つなげる。

### [活動について]

合理的でかつ効率的・効果的な活動のための指導手引き（競技レベルに応じた練習メニュー例と月間、年間での活動スケジュールや、効果的な練習方法、指導上の留意点など）を作成し、それに基づいて活動を行う。

- 適切な休養日の設定をする。
  - ・学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。
    - ※平日、週末(土、日)ともに各1日以上休養日を設定する。
  - ・1日の活動時間は平日2時間程度、学校の休業日（週末を含む）は、3時間程度とし、できるだけ週当たりの活動時間を16時間未満とする。