

# 部活動の活動時間・休養日について

## 甲賀市立信楽中学校

部活動における活動時間および休養日については、成長期にある生徒が、運動、食事、休養および睡眠のバランスがとれた生活を送ることができるように配慮し、下記のように設定しています。

### 1. 活動時間の設定

- 平日は概ね2時間以内、土曜日・日曜日（以下、「週休日」とする。）および学校の休業日は概ね3時間以内とします。ただし、大会や強化練習会、合同練習会等については要項等に応じ、別に定めます。
- 部活動終了後の完全下校時刻については、生徒が安全に帰宅できるよう、日没時刻を考慮し、下記のように設定します。

期 日	完全下校時刻
4月1日 ～ 9月末日	17:50
10月1日 ～ 秋季総体	17:00
秋季総体 ～ 文化祭	17:00
文化祭 ～ 12月末日	16:35
1月	17:00
2月	17:20
3月1日 ～ 3月末日	17:50

### 2. 休養日の設定

- 週2日（平日1日と週休日1日）以上を休養日とします。なお、大会等の日程の関係で、予定をしていた休養日に活動をする場合は、その前後、代替休養日を設定します。

### 3. 朝練習は原則行いません。