

つくば市立大穂中学校部活動の運営方針

1 基本的な考え

- 部活動は、学校教育の一環として実施する教育活動であり、生徒にとって豊かな学校生活を体験する有意義な活動であるとともに、体力の向上や健康の増進、豊かな心や創造性の涵養においても極めて効果的な活動であることから、本校の教育経営方針に基づき、今後も計画的に実施する。
- 全職員の共通理解の下、生徒のバランスのとれた生活と成長に配慮するとともに、部顧問の指導に係る業務の適正化が図られるよう、学校としての組織力を高めながら、学校全体の教育活動として適切かつ無理のない部活動の運営を図っていく。

2 適切な休養を確保するための活動時間について

(1) 適切な休養日等の設定

① 活動時間の上限

- 1日当たりの上限・1週間当たりの上限は次のとおりである。(練習試合や大会等の当日を除く)

1日当たり		週計
平日	休日	
2時間	3時間	11時間

- 学校は、上限の範囲内で可能な限り短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動となるよう活動時間(準備、片付け、休憩時間、移動時間を含まない)を設定する。
- 休日に、練習試合や大会等により、休日の1日の上限を超えて活動を実施した場合、学校は、他の休日に休養日を振り替える。また、祝日が含まれる週や、平日の大会等参加により、1日の上限を超えて活動を実施した場合も、週の上限の範囲内となるよう活動時間を調整する。
- 学校は、長期休業中においても、上表のとおり活動時間を設定する。

② 始業前の活動について

- 始業前の活動は実施せず、放課後の限られた時間で活動する。

③ 休養日の設定

- 次のとおり、週当たり3日以上休養日を設けることを基本とする。

平日	休日(土・日)	週計
2日以上	1日以上	3日以上

加えて、原則として期末テスト・中間テスト等のテスト前3日間を休養日とする。

- 学校は、生徒が大会等への参加により休日(土・日)に連続して活動した場合は、原則として別の休日の休養日に振替える。ただし、公式大会等において上位大会に進出し、上位大会が直後の1か月以内に控えている場合に限り、コンディション調整を目的として、生徒が希望する場合は、生徒の心身の疲労回復の状況を確認した上で、校長の判断により、平日に休養日を振り替えることも可とする。
- 長期休業期間中に、生徒が十分な休養を取ることや、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。原則として、夏季休業中は8月13日から16日までの4日間と、冬季休業中は12月29日から1月4日までの7日間、また市により定められた学校閉庁日を休養日とする。また、夏季休業中の活動は20日以内とする。ただし、関東大会・全国大会等に出場する場合には、校長の指導の下、適切に行うものとする。

(2) 学校単位で参加する大会等の見直し

- 学校は、大会等参加について、特に、公式大会等以外の地方大会等や地域からの要請により参加する地域の行事・催し等について精査し、参加する大会数は、総合体育大会・新人体育大会を含め、1か月当たり1大会程度とする。

3 適切な運営のための体制整備

(1)合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

①リスクマネジメントのための専門的指導力を高める取組

- 運動部顧問は、科学的な見地に基づき最大のトレーニング効果を得るため、計画的に休養日を設定する。また、過度の練習はスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解し、成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。
- 文化部顧問は、生徒が生涯にわたって文化・芸術・科学等に親しむ基礎を養うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図り、過度な練習によりバーンアウト（燃え尽き症候群）することなく、それぞれの目標を達成できるよう、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

②熱中症の防止

- 学校は、生徒の生活や健康に留意するとともに、熱中症事故の防止等の安全確保を徹底するため、「熱中症予防運動方針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、部活動の実施について適切に判断する。また、気象庁の高温注意情報及び環境省熱中症予防情報サイト上の暑さ指数等の情報に十分留意し、気温・湿度などの環境条件に配慮した活動を実施する。特に、暑さ指数（WBGT）が31℃以上の場合は、屋内外問わず活動を原則行わない。
- 高温や多湿時においては、大会や練習試合等、練習について、延期や見直し、中止等、柔軟な対応を行う。やむを得ない事情により開催する場合は、参加生徒の体調の確認（睡眠や朝食の摂取状況）、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得、観戦・観戦者の服装や着帽等、生徒の健康管理を徹底する。万が一、熱中症の疑いがある症状が見られた場合は、早期の水分・塩分の補給や体温の冷却、病院への搬送等、適切な対応を徹底する。

③事故、体罰、ハラスメントの防止

- 生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・暴力・いじめ・暴言・ハラスメントの根絶を徹底する。

④方針等の策定

- 部活動顧問は、年間の活動計画並びに毎月の活動計画及び活動実績を作成し、校長に提出する。
- 本活動方針、年間活動計画、毎月の活動計画及び活動実績を学校ホームページに掲載し公表する。

4 生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備

- 生徒の多様なニーズを踏まえた部活動の設置を考慮する。
- 生徒の個々のニーズに応じてスポーツ・文化芸術活動を行うことができるよう、部活動を休日から段階的に地域移行する。

5 備考

- 本活動方針は、茨城県部活動の運営方針及びつくば市部活動の運営方針に則り策定するものである。