

2023年度 つくば市立吾妻中学校の部活動に係る活動方針

つくば市立吾妻中学校
2023年4月1日

1 基本的な考え

- 部活動は、生徒の自主的・自発的な参加により行われる活動として、教育課程には含まれないものの、学校教育の一環として学習指導要領に位置づけられる教育活動である。生徒にとって体力や技術の向上はもとより、豊かな人間性の育成にも寄与することから、本校の教育目標、経営方針に基づき、今後も計画的に実施する。
- 部活動は、学校管理下で行われるものの、顧問教員にとっては勤務時間外の指導は自発的な業務と長年にわたってされており、もはや学校だけで背負うことは限界にきていると言わざるを得ない状況である。そこで、これからは、生徒が生涯にわたってスポーツ・文化活動を楽しむことができるよう、全教職員が共通理解のもとで、生徒の心身の健全育成を図れるようにしていく。
- 本校では、「茨城県部活動運営方針」「つくば市部活動の運営方針」に則り、部顧問の指導に係る業務の適正化、活動時間等の順守や見直しの徹底、生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備が図られるよう、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な部活動の運営を図っていく。合わせてつくば市教育委員会の指導・助言を受け、地域移行に重点を置いた部活動改革の推進も図っていく。

2 適切な休養を確保するための活動時間管理の徹底

(1) 適切な休養日等の設定

- ・生徒のけが予防、コンディション調整、パフォーマンス向上、心身の健全な育成には、心身の疲労が解消できる十分な休養時間の確保が重要であるという医・科学的観点を最優先に考慮し、適切な活動計画に基づいて活動する。

ア 活動時間の上限の厳守

- 1日の当たりの上限は次の通り。（練習試合や大会等の当日を除く）

1日あたり		週計
平日	休日	
2時間	3時間	11時間

- ・上記の範囲内で、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した場合、他の休日に休養日を振り替える。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、週の上限の範囲内になるように活動時間を調整する。
- ・活動計画作成にあたっては、タイムマネジメントの観点、学校生活と家庭での生活のバランスを保つ観点、さらに、教員の長時間労働の縮減に配慮する観点から、活動過多にならないよう常に見直しを図っていく。

イ 朝の活動について

- ・朝の活動は行わない。

ウ 休養日の設定

- 次の通り、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

- ・期末テスト、中間テスト、県学力診断のためのテスト前3日間以上を休養日とする。

- ・校長及び部顧問は、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に休養日を振り替える。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。振替の設定時期については、連続で活動した直近の休日であることが望ましい。

エ 長期休業中の活動について

- ・夏季休業中の活動日は、20日以内とする。
- ・休養日は、学期中に準じた扱いをする。また、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、1週間以上の連続した長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。なお、原則として、夏季休業中は8月13日から8月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日間は完全休養日とする。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。なお、生徒の多様なニーズに対応するために、休養日を増設することや、週間、月間、年間単位での活動頻度や時間等の目安を定めるなどの工夫をする。

オ 休養の必要性の啓発

- ・競技等によって休養の必要性等の度合いは異なるため、校長および部顧問は、運動等の強度や活動時間などに応じて、休養が不足しないように綿密な計画を月単位で立案する。

(2) 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 大会参加数の精選

- ・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。
- ・部顧問は、参加する大会等について実態に応じ、活動時間の上限を遵守し適切に休養日を確保することを考慮した上で設定し、毎月の活動計画に加えて作成し、校長に提出する。（文化部におけるコンクールや作品展等について同様）

イ 大会参加に係る事前確認・検証

- ・校長は、大会参加数が過多でないか、休養日が適切に振替えられているか、生徒や顧問の負担が過度になっていないか等について厳格に判断し、必要に応じて参加を見送ることを含め、適切な是正指導を行い、その上で活動計画を学校HP等に公表する。

3 適切な運営のための体制整備

(1) 望ましい運営体制の構築

ア 生徒による主体的な企画・運営の導入

- ・校長および部顧問は、生徒・保護者に対し、部活動は生徒の自主的・自発的な参加による活動であり、加入は任意であることについて周知徹底する。
- ・校長及び部顧問は、部活動の企画・運営が、生徒による主体的なものとなるよう、可能な限り、生徒が自ら活動計画等を立案し、運営・検証し、その過程で必要に応じて部顧問に技術指導等を求めるなどの運営体制を構築する。

イ 費用負担、部活動の位置づけの見直し

- ・部活動は任意加入であり、その参加費や旅費等は本来受益者負担が原則であることを踏まえ、校長は、部活動に係る費用の徴収方法や、中体連や関係団体への登録費・大会参加費等への拠出の在り方について全保護者の理解を得るとともに、適切になるよう適宜見直しを図る。
- ・PTA会費、後援会費、生徒会費等から充当されている部活動に係る費用について、校長は、全保護者に対し、PTA・後援会等への加入前に充当について説明し理解を得るようにするとともに、できるだけ速やかに、部活動に加入する生徒の保護者等で構成する組織を構築するなど、部活動未加入生徒とその保護者に対し、十分に配慮した取り扱いになるよう努める。

ウ 部顧問の委嘱等

- ・部顧問の決定にあたっては、校長は、校務の精選を図り、教育課程の着実な実施とそれに付随する業務が効率的・効果的に推進体制を構築した上で、部活動指導員の配置状況を勘案しながら、可能な限り部活動加入生徒が充実した活動ができるよう体制づくりに配慮する。
- ・校長は、各部の毎月の活動計画及び活動実績の確認等を通し、各部の活動状況の把握に努めるとともに、生徒が安全に活動し、かつ生徒及び部顧問の負担が過度とならないよう、必要な支援と是正指導を行う。

(2) 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

ア 適切な指導の実施

- ・部顧問は、活動目標、指導方針、出場試合・大会等、具体的な練習内容や方法等について、生徒や保護者が十分に理解できるよう適切に伝えるとともに、日頃の指導においても、部顧問と生徒間のコミュニケーションを十分に図り、「誰が、何を、いつ、どこで、なぜ、どのように行えばよいか」等を的確に伝え、理解させ、安全に徹した指導を実施する。

イ 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のが必要なこと、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・運動能力の向上にはつながらないこと等を正しく理解する。また、専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭、学校医及びアスレティックトレーナーを含む有資格者等と連携・協力して、発育・発達の個人差をはじめ、特に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培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。

ウ 熱中症の防止

- ・部活動における生徒の熱中症事故の防止等の安全確保を徹底するため、「熱中症予防運動指針」（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。気象庁の高温注意情報が発せられた場合及び環境省熱中症予防情報サイトの暑さ指数(WBGT)が31℃以上の場合、屋外の活動を原則として行わない。屋内でも31℃以上の場合、早期の水分・塩分の補給を行ったり、軽度の活動にとどめたりするなどの配慮をする。
- ・高温や多湿時において、学校体育大会が予定されている場合や練習試合、練習については、大会の延期や見直し、練習試合、練習の中止等、柔軟な対応を行う。止むを得ない事情により開催する場合には、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・観覧者の軽装や着帽等、生徒の健康管理を徹底する。熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、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。
- ・本運営方針等を踏まえ、保護者との連携を図り、熱中症事故の防止等、生徒の安全確保に万全の対策を講じる。

ウ 事故・体罰・ハラスメントの防止

- ・校長及び部顧問、部活動指導員は、部活動における、生徒の心身の健康管理（障害・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）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。

(3) 方針・計画・実績の公表と検証

ア 方針等の策定

- ・校長は、「県運営方針」及び「市運営方針」に則り、毎年度「学校方針」を策定する。

- ・部顧問は、次の計画及び実績を作成し、校長に提出する。

年間の活動計画	平日・休日における活動日・休養日・参加予定大会等
毎月の活動計画	活動日時・場所、休養日、大会参加日時等
毎月の活動実績	

- ・校長は、学校方針・年間活動計画、月間活動計画・月間活動実績を学校ホームページ等へ掲載し公表する。

イ 活動状況の検証とフォローアップ

- ・校長は、毎月の課活動計画により、各部活動の活動状況を把握し、必要な支援や是正指導を行うなど適切な運用を行う。

4 生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

ア 多様な志向への対応

- ・校長および部顧問は、活動日数や活動時間を不断に見直し、生徒が希望すれば、特定の種目等だけでなく、科学を含む他の分野の部活動や、地域での活動も含めて様々な活動を同時に経験できるようにする。

イ 誰もが参加できる活動の工夫

- ・校長および部顧問は、運動が苦手な生徒や障害のある生徒も参加しやすいよう、スポーツ・文化芸術活動に親しむことを重視し、一人一人の特性に応じた課題や挑戦を大切にすることや、過度な負担とならないよう活動時間を短くするなどの工夫や配慮をする。

(2) 地域移行の推進

ア 段階的な地域移行

- ・学校は、生徒が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環境と、教員が学習や生活、進路面等で生徒と向き合うなどの本務に専念できる環境を整備するために、部活動を休日から段階的に地域移行できるように目指す。

イ 部活動時間の縮減等

- ・校長は、活動日を減じるなどにより、生徒が部活動以外の様々な活動にも参加できるよう対策を講じる。併せて、既存の部活動以外に、学校の設置者や関係各課、地域のスポーツ・文化芸術活動関係団体との連携を強化し、生徒の多様な志向に応じた活動ができる場を地域等に設定するよう働きかける。
- ・校長及び部顧問は、部活動以外の活動に生徒が参加するにあたっては、生徒が互いの志向が多様であることを認め合えるよう、生徒・保護者に対して理解を促す。

5 学校の働き方改革を踏まえた運営体制の構築

(1) 部活動数の精選と複数顧問制の推進

- ・校長は、近隣の小学校の児童数推移、生徒及び教員の数、市の部活動指導員の配置状況を踏まえ、生徒の安全確保、指導内容の充実と、部活動指導業務の適正化を図る観点から、円滑に部活動の運営が実施できるよう、部活動数を精選するとともに複数顧問交代による単独指導ができるようにしていく。

(2) 部活動指導員の活用

- ・部活動指導員の積極的に活用を図る。

<参考：複数顧問制・部活動指導員活用の事例>

1日ごとに交代	月	火	水	木	金	土	日
	休	教員A	休	教員B	教員A	教員B	休

平日前後半で交代	平日	前 半			後 半		
		教員A			教員B		

部活動指導員活用	月	火	水	木	金	土	日
	休	教員A	休	教員B	指導員	指導員	休

(3) 外部指導者の活用

- ・学校は、保護者の申し出等による外部指導者については、積極的な活用を図る。
- ・活用の際は、顧問、外部指導者との役割分担を明確にし、双方で指導の第一義的な責任は顧問にあることを確認する。
- ・外部指導者のもとで、顧問の立会いがいない状況で、部活動がない日（月・水・土日のうち一日）に活動を希望する場合は、生徒、指導者双方とも、事前にスポーツ保険加入を条件とする。また、活動は任意であり、強制があってはならない。

(4) 保護者見守りによる生徒の活動時間の保障

- ・学校行事の準備や実施期間等、教員による指導体制が手薄になる場合は、生徒のみの活動とならないように保護者による活動の見守りを募り、活動時間の保障を図る。保護者見守りの依頼の際は、PTA会長の了承を得ることでPTA活動とし、事故に備える。

(5) 休養日の振替の徹底

- ・校長および部顧問は、休養日の振替を徹底する。
- ・休日に練習試合や大会等で活動した場合、休養日を他の休日に振り替える。
- ・休日に大会等への参加により連続して活動した場合、休養日を他の休日に振り替える。

<補足>新型コロナウイルス感染対策について

- 学校生活同様、部活動に参加する場合も検温と健康観察を行うこととする。
※体調不良や発熱、咳などの症状がある場合は参加を自粛する。
- 対外試合（練習試合・各種大会）に参加する場合は、参加する日ごとに健康チェックシートを記入し、顧問に提出する。（形式は大会本部の指示に従う）
- 活動中、試合中以外は原則マスクを着用し、手指の消毒を徹底して行う。