

# 三次市立三次中学校

## 部活動の方針

令和4年4月

## 1 本方針策定の趣旨等

本校では、三次市教育委員会が策定した「運動部活動の方針」及び「文化部活動の方針」に則り、本方針を策定する。

## 2 適切な運営のための体制整備

### (1) 部活動の方針の策定等

ア 毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定する。

部活動の顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）

並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し校長に提出する。

イ 上記アの活動方針及び活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。

### (2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 生徒や教師の数を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に運動部活動を実施できるよう、適正な数の運動部及び文化部を設置する。

イ 部活動の顧問の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。

ウ 毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ活動又は芸術文化等の活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

エ 教師の部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文科科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成30年2月9日付け29文科初第1437号）」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

## 3 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) 適切な指導の実施

ア 運動部活動の実施に当たっては、文部科学省が平成25年5月に作成した「運動部活動での指導のガイドライン」に則り、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害・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・ハラスメントの根絶を徹底する。

イ 運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために休養を適切に取る必要があること、また、過度の練習がスポーツ障害・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する

とともに、生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツ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、生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、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 文化部活動の実施に当たっては、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・ハラスメントの根絶を徹底する。

エ 文化部活動の指導者は、生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うこと等を正しく理解するとともに、生徒の芸術文化等の能力向上や、生涯を通じて芸術文化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、生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会等での好成績などそれぞれの目標を達成できるよう、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングの積極的な導入等により、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）指導手引の活用

運動部顧問は、中央競技団体が作成する指導手引を活用して、適切な指導を行う。

文化部活動顧問は、各分野の関係団体が作成する指導手引を活用して、合理的でかつ効率的・効果的な指導を行う。

# 4 適切な休養日等の設定

## （１）休養日及び活動時間の基準

部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、以下を基準とする。

### ア 休養日

#### ■ 学期中

週２日（原則毎週水曜日と日曜日）の休養日を設ける。（週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り返る。）

#### ■ 長期休業中

学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。（本校では８月１０日～１６日まで、１２月２９日～１月３日とする。）

### イ 活動時間

１日の活動時間は、平日では１時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む）は３時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。具体的な活動時間は下に示す。

時期	活動時刻（活動時間）	完全下校時刻
4月1日～10月末まで	16:00～17:00（1時間）	17:15
11月1日～2月末まで	16:00～16:45（45分）	17:00
3月1日～3月末まで	16:00～17:00（1時間）	17:15
公式大会前1週間	16:00～17:15（1時間15分）	17:30
長期休業中	各部活動の計画に基づくが、長くとも1日3時間程度とする。	

## （2）休養日及び活動時間の設定

本方針に則り、各部の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。

## 5 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

### （1）生徒のニーズを踏まえた部の設置

部活動が生徒の自主的、自発的な参加に基づくものであり、生徒の潜在的なニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、技能等の向上や大会等での好成績以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等、生徒が参加しやすいような多様なレベルや生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる部を検討する。

### （2）地域との連携等

校長は、学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のための教育、スポーツ環境又は芸術文化等の活動に親しむ機会の充実を支援するパートナーという考え方の下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

## 6 学校単位で参加する大会等の見直し

### （1）参加する大会数の上限

運動部が参加する大会は、中学校体育連盟の主催若しくは共催する大会とする。それ以外の大会へ参加については、スポーツ庁が示した「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」の趣旨を踏まえ、生徒の教育上の意義や、生徒や運動部顧問の負担が過度とならないことを考慮して、実態に応じて定めることとする。

文化部が参加する大会数の上限は、文化庁が示した「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」の趣旨を踏まえながら、生徒の教育上の意義や、生徒や文化部活動の指導者の負担が過度とならないことを考慮して、実態に応じて定めることとする。

### （2）参加する大会等の精査

上記の目安等を踏まえ、参加する大会等を精査する。