

肝付町立波野中学校部活動ガイドライン

令和2年5月

肝付町立波野中学校

1 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 校長は「学校の部活動に係る活動方針」を策定し、顧問は、それに基づいた年間の活動計（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報告（活動日時・場所・休養日及び大会参加日等）を作成する。

イ 学校の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 生徒や教員の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教員の長時間勤務の解消等の観点に留意し、円滑で持続可能な部活動を実施する。

イ 学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制を構築する。

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

(1) 適切な指導の実施

ア 部活動の指導者は、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」及び平成30年12月に作成した「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」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 部活動の指導者は、スポーツ医・科学の見地や生徒のバランスの取れた健全な成長の確保の観点から、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や、生徒の心身に負担を与え、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。

ウ 部活動の指導者は、生徒の体力及び芸術文化等の能力を向上させながら、生涯を通じてスポーツや芸術文化等の活動に親しむ基礎を培い、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それぞれの目標を達成できるよう指導する。その際、競技種目・分野の特性等を踏まえた科学的（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。

また、目先の勝敗や技能向上、行き過ぎた勝利至上主義にとらわれることなく、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、スポーツや芸術文化等の多様な楽しみ方ができるよう配慮をする。

エ 部活動の指導者は、専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や女子の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。また、生徒自身が自分の体調等に応じた活動について部活動の指導者と意見の交換ができる雰囲気づくりを行う。

オ 部活動の指導者は、各部活動ごとのミーティングを定期的に設けるなど、生徒の主体性を尊重し、生徒とともに学び合う関係性を構築し、生徒の健全な成長を目指した指導を行う。

(2) 部活動用指導手引等の普及・活用

部活動の指導者は、中央競技団体や部活動に関わる各分野の関係団体等が作成する部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のための指導手引や、本県が策定した「運動部活動指導の手引き（一部改訂版）」（平成29年3月）等を活用して、2(1)に基づく適切な指導を行う。

3 適切な休養日等の設定

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、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究結果や健全な心身の育成の意義も踏まえ、以下の(1)、(2)を基準とする。

(1) 休養日の設定

ア 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。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替える。）

イ 長期休業中の休養日の設定は、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、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

(2) 活動時間の設定

1日の活動時間は、長くとも平日では2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。

(3) 休養日・活動時間の運用について

ア 市町村教委が策定した方針に則り、各部活動の休養日及び活動時間等を設定する。

イ 休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、部活動共通、学校全体の部活動休養日を設ける。

ウ 部活動の指導の際は、熱中症事故防止の観点から、「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、万全の安全対策を講じる。

4 学校単位で参加する大会等の見直し

(1) 土日及び休日、平日を問わず、全ての大会への参加は、原則として年間12回を上限とする。なお、中体連主催の大会（地区・新人）、地区や県、九州の代表として上位大会に参加する場合は上記の回数に含まない。練習試合に関しては、3(1)の「休養日の設定」を原則として、基本的に午前または午後の3時間程度で計画する。やむを得ず、4時間を超える練習試合を行う場合は、事前に校長に届けることとし、原則として前後の週で土日両日とも休養日とする。

(2) 県中学校体育連盟など県の部活動に関わる組織が定める目安等を踏まえ、生徒の教育上の意義や生徒や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、参加する大会等を精査する。