

令和6年3月

長坂中学校部活動に係る活動方針

北杜市立長坂中学校
校長 板山 俊彦

1 活動方針策定の趣旨等

長坂中学校では、生徒にとって望ましい部活動の環境を構築するという観点に立ち、部活動が最適な形で実施できるよう、校内における体制整備等を推進するため、「北杜市運動部活動方針」及び「北杜市文化部活動方針」に基づき、「長坂中学校部活動に係る活動方針」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 部顧問は、生徒、保護者及び地域の理解や協力体制を整えるため、以下の点に取り組む。

◆部活動顧問は、「長坂中学校部活動に係る活動方針」に基づき、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。

3 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進

部活動の指導者(顧問・外部指導員・外部指導者)は、生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。

運動部活動の指導者は、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ことが必要であること、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、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。

また、文化部活動の指導者は、休養を適切にとることが必要であること、過度の練習が様々なリスクを高めること等を正しく理解するとともに、生徒が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、技能の向上等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つつ、休養を適切に取り、短時間で効果が得られる指導を行う。

4 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、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。

- ◆学期中は、週当たり2日以上休養日を設定する。(平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする。ただし、シーズン期(教育内大会及びコンクール等4週間前)の週休日に両日活動する場合には、休養日を他の日に振り替える。)
- ◆生徒の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。

5 参加する大会や練習試合等の見直し

部活動顧問は、生徒の教育的意義、生徒や部活動の指導者・保護者の負担等が過度としないことを考慮して、参加する大会等を精選する。また、年間活動計画に参加する大会等を明記して、シーズン期とシーズン期以外の活動にメリハリをつけた計画を立てる。

6 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

- 部員数の減少等に伴い、大会等に出場する人数を満たさなくなった場合は、生徒の活動機会が損なわれることがないように、複数校合同チームや合同練習などの取組を推進する。
- 文化部活動は地域の中で活動する例も多く、地域の人々との関わりにより、地域社会の一員としての自覚をもって郷土を愛し、優れた地域文化や伝統の継承を担う人材育成の契機にもなるため、学校と地域が協働・融合した形での地域における持続可能な芸術文化等の活動ができるよう環境整備に努める。

7 その他

- 部活動の運営にあたっては、4月に部活動の説明会を開催し、保護者の理解を得ながら、健全育成の視点に沿った運営を行う。
- 部活動における年間の計画のもと、月ごとの練習計画等も生徒・保護者に配布して、適切な実施に努めるものとする。