

# 山中湖村立山中湖中学校 部活動ガイドライン

## 1. ガイドライン策定の趣旨等

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動は、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものとして学校教育の一環として行われている。また、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教員等との好ましい人間関係の構築を図ったり、生徒自身が活動を通して自己肯定感を高めたりするなど、大きな教育的意義を有するものとして、活発に活動を行っている。

しかし、適切な休養を伴わない行き過ぎた活動による授業への影響やスポーツ障害の懸念、部活動指導が教員の長時間労働につながっていることなど、様々な課題が指摘されている。

こうしたことから、本校では、生徒や指導者にとって望ましい部活動の環境を整備することを目的に、本ガイドラインを策定する。

## 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

○本校は、スポーツ庁及び文化庁ガイドライン、やまなし運動部活動・文化部活動ガイドラインに則り、本ガイドラインを策定する。

○校長及び部顧問は、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。

- ◆校長は、学校教育目標の実現に向けて本ガイドライン及び山中湖村教育委員会が策定した方針に則り、毎年度「山中湖村立山中湖中学校部活動ガイドライン」を策定し、公表する。
- ◆部顧問は、「山中湖村立山中湖中学校部活動ガイドライン」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。

### (2) 指導・運営に係る体制の構築

○校長は、生徒や教員の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、原則として部顧問を複数配置し、指導内容の充実、生徒の安全確保、教員の長時間勤務の解消等の観点から円滑に部活動を実施できるよう、適正な数の部活動を設置する。

○校長は、部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、教員の他の校務分掌や、部活動指導員の配置状況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、学校全体としての指導・運営に係る体制の構築を図る。

## 3. 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進

○部顧問及び部活動指導員、外部指導者は、医学・科学の見地からは、練習の効果を高めるために休養を適切に取る必要があること、また、過度の練習が障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・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、競技種目や分野の特性等を踏まえた科学的練習方法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。

#### 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、運動、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、以下の基準とする。（特別の理由があるときは学校長に相談する）

- ◆学期中は、平日は少なくとも2日以上、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上以上の休養日を設ける。ただし、シーズン期（教育内大会および発表会等の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。
- ◆長期休業中は、学期中の休養日の設定に準じた扱いを行う。学校閉庁日は、活動を行わない。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。

- 校長は、各部活動の休養日及び活動時間等を設定し、公表するとともに、各部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行うなど、その運用を徹底する。

#### 5. 参加する大会や練習試合、発表会等の見直し

- 校長及び部顧問は、教育内大会以外の大会や練習試合、発表会等について、次により見直しを行う。

- ◆校長は、生徒の教育的意義、生徒や部顧問、保護者の負担等が過度とまらないことを考慮して、参加する大会等を精査する。
- ◆部顧問は、シーズン期とシーズン期以外の活動が、メリハリのついた活動となるよう、参加する大会等を精選し、年間活動計画に参加する大会等を位置付ける。

#### 6. 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

- 校長は、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活動を設置する。その際、新たに部活動を創部する場合には、生徒・教員数の動向、生徒や保護者の意向、継続的な運営について十分に検討する。

- 校長は、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、複数校合同チームや合同練習などの取組を推進する。但し、教職員定数減少の場合はその限りではない。

#### 7. その他

- 本ガイドラインは、令和5年4月1日から適用する。