

部活動に係る活動方針

平成31年3月
宮城県松島高等学校

高等学校学習指導要領（平成30年3月告示）第1章第6款1ウには、「教育課程外の学校教育活動と教育課程の関連が図られるように留意するものとする。特に、生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化、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、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、学校や地域の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行い、持続可能な運営体制が整えられるようにするものとする。」と示されている。

本校では、このような部活動の意義と役割、留意点等を踏まえ、部活動を実施するに当たって、生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮し、特にスポーツ障害及び興味・意欲が低下して起こるバーンアウト（燃え尽き）が生じないように十分留意するとともに、教職員のワークライフバランスにも配慮し、宮城県教育委員会「部活動での指導ガイドライン及び部活動指導の手引き」（平成30年3月）に基づき、以下のとおり「部活動に係る活動方針」を策定する。

1 適切な休養日等の設定

（1）学期中の休養日の設定

- ・ 原則、週当たり3日以上休養日を設ける。平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする。
- ・ 週末に大会等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。
- ・ 各部ごと、ハイシーズン期間を設定し、休養日及び活動できる期間を設ける。休養日を減らし活動日とした場合、その分の日数をオフシーズンの休養日として設定する
- ・ 定期考査1週間前から、定期考査終了まで活動は休止とする。

（2）長期休業中の休養日の設定

- ・ 学期中の休養日の設定に準じた扱いを行う。
- ・ 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。

(3) 1日の活動時間

- ・ 平日は2時間程度、学校休業日(学期中の週末を含む)は3時間程度とする。
- ・ ハイシーズンについては、各部、顧問のもと、できるだけ短時間に、合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。

(4) 朝練習

- ・ 朝練習については、原則禁止とする。
ただし、校長が大会やコンクール等の前など特別な事情があると認める場合のみ限定的に朝練習を行うことができるものとするが、学習に支障がでない内容や強度となるようにする。

(5) ハイシーズンの設定

- ・ 高等学校総合体育大会、新人大会、東北大会・全国大会、各種コンクール等の目標とする大会で力を発揮するためには技能を強化する時期が必要である。
- ・ 本校では、各部ごとに、上記(1)～(4)の基準以外に活動できる期間を「ハイシーズン」として設定する。その際には、恒常的にハイシーズンにならないように、生徒の教育上の意義、生徒の負担軽減の観点から、参加する大会、コンクール等を精査する。

2 顧問による活動計画の作成

(1) 年間活動計画の作成

- ・ 顧問は、「部活動に係る活動方針」を踏まえ、年間を見通した年間活動計画(活動日、休養日及び参加予定大会日程等)を作成して休養日を確保する。活動計画は、保護者に文書配布や保護者会等により説明し理解を求める。
- ・ 顧問は、毎年度初めに年間活動計画を校長に提出する。

(2) 月間計画の作成

- ・ 顧問は、毎月の活動計画及び活動実績(活動日・場所、休養日及び大会参加日程等)を作成し、毎月末日までに当該月の活動実績及び翌月の活動計画を校長に提出するとともに、保護者に文書配布や保護者会等により説明し理解を求める。

(3) 作成上の留意点

- ・ 活動計画を作成するにあたっては、効率的・効果的な活動となるよう内容を精選するとともに、学校行事や学習への影響を考慮する。
- ・ 活動計画を立案する際には、生徒との面談やミーティング等を通して、意思を確認し、共通理解に基づいて目標を設定し、生徒の体力の状況や技術力の実態を見極めた上で、無理のない「計画」を立案する。