

北海道網走桂陽高等学校の部活動に係る活動方針

ダイジェスト版

活動方針策定の趣旨等

- 本校は、学校教育目標等を踏まえ、「道立学校に係る部活動の方針」に則り、「北海道網走桂陽高等学校の部活動に係る活動方針」（以下「本方針」という。）を策定する。
- 部活動を実施する上では、生徒の学校生活等への影響を考慮した休養日や活動時間を設定し、けがの防止や心身のリフレッシュを図るほか、部活動だけではなく、多様な人々と触れ合い、様々な体験を充実させるなど、生徒のバランスのとれた生活や心身の成長に配慮する。
また、教員が、健康でいきいきとやりがいをもって勤務しながら、学校教育の質を高められる環境を構築するためには、教員の部活動指導における負担が過度にならないよう配慮し、部活動が持続可能なものとなるよう、合理的でかつ効率的・効果的に行うものとする。
- 本校は、本方針に則り、持続可能な部活動の在り方について検討し、速やかに改革に取り組む。
- 本方針は、本校における部活動が、地域、学校、競技種目、分野等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。
- なお、同好会等の活動が、本校の管理下で顧問（責任者）の指導の下、部活動と同程度に継続的に行われており、生徒、保護者、地域住民等からも部活動と同様な活動として受け止められている状況がある場合は、それらの活動を部活動に含めて考えることとし、本方針の適用の対象とする。
- また、部活動は、生徒の自主的、自発的な参加により行われるものであることから、生徒の自主性、自発性を尊重し、部活動への参加を義務づけたり、活動を強制しない。

1 適切な運営のための体制整備

（１）設置する部活動

本校は、次の部・局活動を設置する。

サッカー部・バドミントン部・弓道部・ボート部・卓球部・ソフトテニス部
野球部・バスケットボール部・バレーボール部・陸上競技部・吹奏楽部
ボランティア部・美術部・茶道部・新聞局・放送局・図書局

（２）「部活動に係る相談・要望の窓口」の設置

校内に「部活動に係る相談・要望の窓口」を設置する。相談、要望は、郵便、電話、ファクシミリ、電子メールのいずれかにより下記の連絡先あてに提出することとする。

【連絡先】北海道網走桂陽高等学校（担当：教頭）

〒093-0084 網走市向陽ヶ丘 6 丁目 2 番 1 号

電話 0152-43-2930 FAX 0152-43-3087

メールアドレス abashirikeiyo-z0@hokkaido-c.ed.jp

(3)年間の活動計画、毎月の活動計画及び活動実績の作成・提出

各部・局の責任者は、年間の活動計画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、活動時間を遵守するとともに、計画を変更する場合は、あらかじめ校長の承認を得る。

2 合理的でかつ効率的・効果的な活動推進のための取組

(1)運動部活動における適切な指導の実施

校長、運動部顧問、部活動指導員及び外部指導者は、部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化や気象条件などの環境変化に十分注意するとともに、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。校長は、これらの取組に当たって、学校保健安全法等も踏まえるよう留意する。

- 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。
- 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こと。
- 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ること。
- 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こと。
- 専門的知見を有する保健体育担当の教諭や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や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こと。

(2)文化部活動における適切な指導の実施

校長、文化部顧問、部活動指導員及び外部指導者は、部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化や気温や湿度などの環境変化に十分に注意するとともに、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。校長は、これらの取組に当たって、学校保健安全法等も踏まえるよう留意する。

- 生徒のバランスの取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。
- 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こと。
- 生徒の文化芸術等の能力向上や、生涯を通じて文化芸術等の活動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ること。

- 生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会、コンクール、コンテスト、発表会等での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、短時間で効果が得られる指導を行うこと。
- 専門的知見を有する教諭や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や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こと。

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、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。

(1)休養日の設定

ア 学期中の休養日の設定については、次のとおりとする。

- 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。
- 週末又は祝日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。
- 学校閉庁日は休養日とし、道民家庭の日(毎月第3日曜日)は、可能な限り休養日とするよう努める。
- 考査の一定期間前は、原則部活動休養日とする。
- 休養日には学校で行う朝練習や自主練習も行わない。

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

ア 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。

イ 大会等の当日において、活動時間が3時間以上になる場合は、十分な休養を取ることができるよう、その後の休養日や活動時間を設定する。なお、気象庁等の熱中症警戒アラートが発せられた当該地域・時間帯は、原則として活動を行わない。

(3)高等学校段階における休養日や活動時間の設定

上記(1)及び(2)の基準を基本とするが、部活動顧問から弾力的な休養日等の設定の申出があった際は、北海道教育委員会が別に定める要件に当てはまる場合に、下記の休養日及び活動時間の弾力的な設定の範囲内での活動を行うことができる。

(4)休養日の弾力的な設定

ア 学期中は、平日に週1日以上、週末又は祝日に月1日以上休養日を設けるほか学校閉庁日を休養日とする(週末又は祝日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。

(5)活動時間の弾力的な設定

- 1日の活動時間は、長くとも平日では3時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は4時間程度とし、1週間の活動時間は、長くとも16時間程度とする。

4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

(1)部活動の設置、統廃合、合同チーム等の設置

(2)部活動の地域連携

5 学校単位で参加する大会等の見直し

校長は、本方針の「3 適切な休養日等の設定」に示した休養日等が年間を通じて適切に設定されることを前提に、生徒の教育上の意義、生徒や部活動顧問の負担が過度とならないこと等を考慮して、学校の部活動が参加する大会等(地域からの要請により参加する地域の行事、催し物等を含む。以下同じ。)の回数に上限の目安等を定め、参加する大会等を精査する。

6 部活動の充実に向けて

(1)部活動指導の充実を図る取組

(2)女子の指導に当たっての留意点

(3)部活動顧問と生徒の信頼関係づくり

(4)部活動内の生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり

(5)家庭や地域との連携を図る取組

(6)障がいのある生徒の部活動の充実

終わりに

校長は、「道立学校に係る部活動の方針」が見直された際、本方針の内容について、必要な見直しを行う。

令和5年4月改定