

笠間市立友部中学校の部活動に係る活動方針

1. 部活動の基本的な考え

- 部活動は、学校教育の一環として実施する教育活動であり、生徒にとって豊かな学校生活を経験する有意義な活動であるとともに、体力の向上や健康の増進、豊かな心や創造性の涵養においても極めて効果的な活動であることから、学校の教育目標に基づき、今後も計画的に実施する。
- 全職員の共通理解の下、生徒のバランスのとれた生活と成長に配慮するとともに、部顧問の指導に係る業務の適正化が図られるよう、学校としての組織力を高めながら、学校全体の教育活動として適切な部活動の運営を図っていく。

2. 部活動の休養日の設定

- スポーツ医・科学的な見地から、トレーニング効果を得るために、計画的に休養を設置する。
- 週当たり2日以上を休養日とする。
- 毎月第3水曜日は、活動しないものとする。
- 平日は少なくとも1日、土曜日および日曜日はいずれか1日を休養日とする。また、週末に大会参加等で活動時間の上限を超えた場合は、休養日を他の休日に振り替える。
- 8月13日～15日、12月28日～1月4日、県民の日（11月13日）は、学校閉庁日となり、休養日とする。ただし、県民の日（11月13日）に大会等が開催される場合は、休養日を他の休日に振り替える。
- 定期テスト3日前から前日までは、休養日とする。
- 当初計画していた休養日に、やむを得ず活動する場合には、生徒及び保護者の同意を得て、校長の承認を得た上で実施し、別の休日に休養日を振り替える。
- 休養日にあたる日に、希望する生徒だけが参加する「自主練習」は原則行わない。また、休日の活動時間の後も同様とする。
- 長期休業期間中に、生徒が十分な休養を取ることや、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、1週間程度の連続した長期の休養期間を設ける。ただし、大会参加で設けることができない場合は、校長の承認を得て分散して休養させることとする。

3. 部活動の活動時間

- 1日の活動時間は、平日は2時間、休業日は3時間を上限とする。1週間当たりの上限は11時間とする。（練習試合や大会等の当日を除く）ただし、この活動時間には、準備や片付け、ミーティング等の時間は含まないこととする。
- 文化部活動においては長時間の活動は精神的・体力的な負担を伴うことから、授業及びその準備の時間や生活時間全体とのバランスを見ながら、活動時間を設定することとする。

令和5年度 部活動時間（完全下校時刻）

3月中旬～9月	15:55～（18:00）	1月（第3月曜から）	15:55～（17:15）
9月（新人戦終了後から）	15:55～（17:45）	2月（第3月曜から）	15:55～（17:30）
10月（第3月曜から）	15:55～（17:15）	3月（卒業式後から）	15:55～（18:00）
11～1月	15:55～（17:00）		

4. 部活動の朝の活動

- 生徒の健康及び保護者の負担を軽減するため、原則として、朝の活動は行わない。
- 1日の活動時間が上限内かつ大会直前で活動場所の確保が難しい場合は校長の承認を得て、実施できるものとする。
- 駅伝部のように他の部活動に所属しながらも、大会に参加できる運動部は、活動を実施できるものとする。
- 体育館で実施する部活動数（男女バレー・男女バスケットボール・男女卓球）が多く、活動場所が確保できないため、放課後の活動を朝の活動に振り替えて実施できるものとする。

5. 学校単位で参加する大会等の見直し

- 校長は、茨城県中学校体育連盟及び市町村教育委員会が定める参加大会数の上限の目安等を超えることがないように、参加する大会等を精査する。
- 総合体育大会及び新人体育大会を含め、参加大会数は1か月当たり1大会程度とすることが望ましい。

6. 安全対策について

- 顧問は、日常の活動が安全に行うことができるよう、健康観察や感染症対策を行い、常に生徒の健康安全に努める。また、天候やグラウンド状況、練習設備、用具等の安全確認を実施する。
- 顧問は、生徒とコミュニケーションを十分に図り、活動方針や練習内容など生徒のニーズに合った活動となるように努める。
- 顧問は、生徒の心身の健康管理、感染症対策、事故及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。

7. 暑さ対策について

- 各部活動顧問は、生徒の健康面に配慮し、熱中症計を活動場所に設置し、随時計測する。また、活動前、活動中、活動後に生徒の健康状態を把握し、適切な対応を行う。
- 各部活動顧問は、以下の運動に関する指数を目安として活動を行い、状況に合わせて適切な対応を行う。

気温 35℃以上・WBGT温度 31℃以上	運動は原則中止
気温 31℃以上・WBGT温度 28℃以上	厳重警戒（激しい運動は中止）
気温 28℃以上・WBGT温度 25℃以上	警戒（積極的に休養）
気温 24℃以上・WBGT温度 21℃以上	警戒（積極的に水分補給）

（公財）日本体育協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（2013）より

8. 保護者・地域との連携

- 学校は部活動保護者会を実施する。その際、部活動における学校及び各部の活動方針や年間スケジュール等を示す。また、学校ホームページ上で活動計画と活動実績を公開する。
- 部活動外部指導者や部活動指導員が配置されている場合は、年度当初の部活動保護者会で紹介し、保護者と連携を図る。また、休日の部活動移行についても取り組んでいく。
- 生徒の健全な育成と教育環境の充実の観点から、保護者・地域との連携に努め、部活動について相談しやすい雰囲気を醸成する。