小樽双葉高等学校 部活動運営基本方針(運動部・文化部)

本校は、学校法人 北海道龍谷学園の定める「部活動の在り方に関する方針」に基づき、部活動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・ハラスメントを防止するため次の活動方針を定める。

部活動の教育的意義

○ 本校の部活動は生徒の自主的、自発的な参加により行われ、スポーツや文化、科学等に親しみ、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る。また部活動は、体力や技能の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等との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、生徒の多様な学びや経験をする場である。

適切な運営のための体制整備

(1) 部活動の運営について

「部活動顧問」は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）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）を作成し校長に提出する。

部活動顧問は、毎月の活動計画にある活動の開始及び終了時間を遵守する、計画を変更する場合は、あらかじめ校長の承認を得ること。

部活動顧問は、年間及び毎月の活動計画、活動全般及び大会出場等に要する経費等に係る資料を配布するなどして、「活動方針」とあわせて、保護者・生徒の理解を得るよう周知する。

(2) 研修の実施

部活動活性化委員会を設置し、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の適切な対応、生徒の人格を傷つける言動や体罰の禁止、サービスの遵守等に関する研修を各学期1回以上実施する。

また、部活動顧問会議を各学期1回以上実施し、各部の活動状況や生徒状況等の情報交換等を行う。

(3) 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、学習、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、以下を原則とする。

① 学期中は、平日に週 1 日(年間 52 日)以上、週末又は祝日に月 1 日(年間 12 日)以上の休養日を設けるほか、学校閉鎖期間を休養日とし、年間 73 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)。

② 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。

※ 休養日には学校内で行う朝練習や自主練習も行わない。

※ 大会やコンクール等の前で、やむを得ず活動を行う場合(高体連、高野連、高文連等が主催する大会、コンクール等の日の前日から起算して 1 か月以内の期間の場合)は、代替の休養日を実施する。

③ 特例による休養日の設定

積雪のため屋外での活動が制限される部活動や、主に冬季に行われる部活動など競技種目の特性・施設環境状況により原則どおり運用することが困難と認められる場合は、部活動顧問の申請により次の範囲において、特例による休養日の設定を認める。

○ 休養日は、平日又は休業日を問わず、少なくとも週 1 日以上は設定した上で、1 年単位の休養日累計で、週 2 日相当の教養日を設定することができる。

(定期試験前後の一定期間、学校閉鎖日、学校行事等の部活動共通休養日を含む)

(4) 活動時間の設定

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 時間程度とすることが望ましい。1 週間の活動時間は、長くとも 16 時間程度と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。

休業日の活動時間は、大会やコンクール等への出場、練習試合、合宿を行う場合や、高体連、高野連、高文連等が主催する大会、コンクール等の日の前日から起算して 1 か月以内の期間の場合を除く。

(5) その他

① 気象庁の高温注意情報・特別警報が発せられた時は、原則として活動を行わない。

② 「活動方針」及び「相談・要望窓口」の担当は、教頭とする。

【指導上の留意点】

- 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必要があること。
- 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師や養護教諭等と連携・協力し発達の個人差や女子の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。
- 指導に当たっては、生徒の人間性や人格の尊厳を損ねたり否定するような発言や行為は許されないこと。
- 部活動顧問が、生徒のリーダー的な資質・能力の育成とともに、協調性、責任感の涵養等の望ましい人間関係や人権感覚の育成、生徒への目配り等により、部活動内における暴力行為やいじめ等の発生の防止を含めた適切な集団づくりに留意すること。