

茨城県立土浦第三高等学校の部活動に係る活動方針

令和5年4月1日運用開始（令和5年3月1日改訂）

1 適切な休養を確保するための活動時間管理の徹底

(1) 適切な休養日の設定

- 1日あたりの活動時間の上限は、平日2時間、休日4時間、週計12時間とする（練習試合や大会等の当日を除く）。
- 上限の範囲内で、合理的でかつ効率的・効果的な活動となるように活動時間（準備、片付け、移動時間を含まない）を設定する。
- 原則週あたり2日以上以上の休養日を設ける（平日1日、土・日曜日、祝日等いずれかの1日）。
- 大会等への参加により休日に連続して活動した場合、休養日を他の休日に振替える。
ただし、公式大会を控えた2週間前からの場合、及び公式大会の上位大会が直後の1か月以内に控えている場合に限り、生徒が希望する場合は、生徒の心身の疲労回復の状況を確認したうえで、平日に休養日を振り替えることも可とする。
- 長期休業中は、休養日の設定に加え、1週間程度の連続した休養期間を設ける。
- 定期考査前の1週間は原則休養日とする。
- 朝の活動は原則行わない。特例で朝の活動を実施する場合にも、1日の活動時間上限の範囲内で実施する。

(2) 学校単位で参加する大会等の見直し

- 参加する大会等について、活動時間の上限を遵守し適切な休養日を確保できるよう設定する。

2 適切な運営のための体制整備

(1) 望ましい運営体制の構築

- 本校の部活動は生徒の自主性・自発的な参加による活動であり、加入は任意である。
- 部活動の企画・運営が生徒の主體的なものになるよう、可能な限り生徒が自ら活動計画を立案・運営・検証し、その過程で必要に応じて部顧問に技術指導等を求める体制を構築する。
- 部活動は任意加入であり、その参加費や旅費等は本来受益者負担が原則であることを踏まえ、部活動に係る費用の徴収方法や、高体連等や関係団体への登録費・大会参加費等への拠出の在り方について全保護者の理解を得るとともに、適切になるよう見直す。
- P T A・後援会・振興会等から部活動に係る費用を充当する場合、全保護者に対し、P T A・後援会・振興会等への加入前に充当についてホームページ等詳細を掲示し、理解を得る。
- 地域移行期において、地域クラブで活動する生徒が、関係団体への登録費・大会参加費等を重複して納入することがないよう配慮する。
- 部顧問の決定に当たり、校務の精選を図り、教育課程の着実な実施とそれに付随する業務が効率的・効果的に推進できる組織体制を構築した上で、部活動指導員の配置状況を勘案しながら、可能な限り部活動加入生徒が充実した活動ができるよう体制づくりに配慮する。
- 各部の毎月の活動計画及び活動実績の確認等を行い、各部の活動状況の把握に努めるとともに、生徒が安全に活動し、かつ生徒及び部顧問の負担が過度とならないよう、必要な支援とは是正指導を行う。

(2) 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

- 本校は、教育委員会や各種団体等が行う部顧問対象の研修、部活動指導員の募集・研修等に協力する。
- 本校の運動部顧問は、計画的に休養日を設定し、過度の練習はスポーツ障害・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。また、専門的知見を有するアスレティックトレーナーを含む有資格者等外部の人材と連携・協力して、発育発達の個人差をはじめ、特に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。
- 本校の文化部顧問は、生徒が生涯にわたって文化・芸術・科学等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り、生徒がバーンアウト（燃え尽き症候群）することなく、それぞれの目標を達成できるよう、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を目指す。
- 生徒の生活や健康に留意するとともに、熱中症事故の防止等の安全確保を徹底するため、「熱中症予防運動方針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、部活動の実施について適切に判断する。

また、気象庁の高温注意情報及び環境省熱中症予防情報サイト上の暑さ指数等の情報に十分留意し、気温・湿度などの環境条件に配慮した活動を実施する。その際、屋内外に関わらず、活動の中止や延期、見直し等柔軟な対応を検討する。体育館設置の熱中症計や、暑さ指数(WBGT)が31℃以上の場合、屋外の活動を原則として行わない。
- 高温や多湿時においては、大会や練習試合等、練習について、延期や見直し、中止等、柔軟な対応を行う。やむを得ない事情により開催する場合は、参加生徒の体調の確認（検温、睡眠、朝食の摂取状況）等確認し、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得、観戦・観覧時の服装や着帽等、生徒の健康管理を徹底する。万が一、熱中症の疑いのある症状が見られた場合は、管理職教員、関係教員（養護教諭や学年主任、担任等）、保護者等へ速やかに連絡し早期の水分・塩分の補給や体育教官室内にあるOS-1（経口補水液）の摂取、体温の冷却、病院への搬送等、迅速かつ適切な対応を徹底する。
- 部活動における、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・暴力・いじめ・暴言・ハラスメントの根絶を徹底する。

(3) 方針・計画・実績の公表と検証

- 「県運営方針」に則り、毎年度、「部活動に係る学校方針」を策定する。
- 次の計画及び実績を作成し提出する。

年間の活動計画	平日・休日における活動日・休養日・参加予定大会等
毎月の活動計画	活動日時・場所、休養日、大会参加日時等
毎月の活動実績	

- 学校方針・年間活動計画、月間活動計画・月間活動実績を学校ホームページへ掲載し公表する。
- 毎月の活動計画・活動実績により、各部活動の活動状況を把握し、必要な支援や是正指導を行うなど適切な運用を管理・徹底する。

3 生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

- シーズン制の導入等により、複数のスポーツ・文化芸術活動等を幅広く経験できるよう努める。
- 活動日数や活動時間を不断に見直し、生徒が希望すれば、特定の種目等だけでなく、科学を含む他の分野の部活動や、地域での活動も含めて様々な活動を同時に経験できるようにする。
- 運動が苦手な生徒や障害のある生徒も参加しやすいよう、スポーツ・文化芸術活動に親しむことを重視し、一人一人の特性に応じた課題や挑戦を大切にすることや、過度な負担とならないよう活動時間を短くする等、工夫や配慮をする。
- 地域の特別支援学校等との合同練習を実施するなど連携を図る。

(2) 地域移行の推進

- 本校では、生徒が個々のニーズに応じてスポーツ・文化芸術活動を行うことのできる環境と、教員が学習や生活・進路面等で生徒と向き合うなどの本務に専念できる環境を整備するため、令和5年度から、部活動を休日から段階的に地域移行する。
- 活動日を減じるなどにより、生徒が部活動以外の様々な活動にも参加できるよう対策を講じる。
- 部活動以外の活動に生徒が参加するに当たっては、生徒が互いの志向が多様であることを認め合えるよう、生徒・保護者に対して理解を促す。
- 学校は、地域クラブ活動やその指導者の資質向上に係る研修等の取組をはじめ、地域のスポーツ・文化芸術活動関係団体が主催する事業に、可能な範囲で協力する。

4 学校の働き方改革を踏まえた運営体制の構築

(1) 複数顧問制の推進等

- 生徒及び教員数、部活動指導員等の配置状況等を踏まえ、生徒の安全確保、指導内容の充実と、部活動指導業務の適正化を図る観点から、円滑に部活動の運営が実施できるよう、部活動数を精選するとともに、複数顧問交代による単独指導の原則を徹底する。
- 校長及び部顧問は、休養日の振替を徹底する。
 - ・ 休日に練習試合や大会等で活動した場合、休養日を他の休日に振替える。
 - ・ 休日に大会等への参加により連続して活動した場合、休養日を他の休日に振替える。
 - ・ 校長の判断により、公式大会等を控えた2週間前からの休日に連続して活動を行う特例の場合、複数顧問交代による単独指導を徹底した上で、大会後の休日に休養日を振替える。

(2) 大会運営や役員業務の見直し等

- 部が関係する各団体等の大会等の運営について、競技団体や保護者等の人材の確保へ向け、広く働きかけてもらい、教員によらない体制を構築するよう努める。