

板倉中学校部活動指導の方針

<運動部活動基本理念>

スポーツは、スポーツ基本法に掲げられているとおり、世界共通の人類の文化であり、人々が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営むうえで不可欠なものとなっている。特に、心身の成長の過程にある中学校の生徒にとって、体力を向上させるとともに、他者を尊重し他者と協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培い、実践的な思考力や判断力を育むなど、人格の形成に大きな影響を及ぼすものであり、生涯にわたる健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育む基礎となるものである。当該スポーツ種目の技術的な指導のみならず、部活動のマネジメント（運営）、生徒の意欲喚起や人間関係形成のための指導、安全確保や事故防止に取り組むことが必要である。

<部活動指導員等の活用について>

各活動では、効果的な運営、指導に向けて適切な指導体制の確保が望まれる。学校教育の一環として、運動部活動の目標、方針、計画などの作成、指導等を顧問の教員が行っていく際に、現在の校内の教員では当該スポーツ種目の技術的な指導を行えない場合などには、外部指導者の協力を得ることも効果的である。その際、運動部活動は学校教育の一環として、学校、顧問の教員により進められる教育活動であることから、外部指導者等の協力を得る場合には、学校全体の目標や方針、各部の活動の目標や方針、計画、具体的な指導の内容や方法、生徒の状況、事故が発生した場合の対応等について、学校、顧問の教員と外部指導者等との間で十分な調整を行い、外部指導者等の理解を得るとともに、相互に情報を共有することが必要である。技術的な指導においても、必要なときには顧問の教員は外部指導者に適切な指示を行うこととして、指導を外部指導者に任せきりとならないようにする。また、外部指導者等は学校の取組に対する理解を深め、その目標や方針等を踏まえた適切な指導や取組を行うことが求められる。

<適切な休養日等の設定>

適切な休養を伴わない行き過ぎた活動は、生徒にとって、心身に無理が生じることから、スポーツ障害やバーンアウトの予防の観点、生徒のバランスのとれた生活と成長の確保の観点など生徒の健康のことを考えるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるようにするためにも休養日や活動時間等を設定することが重要である。また、教員の負担軽減や長時間労働の解消のためにも休養日や活動時間等を設定することが重要である。そのため、年間を通して計画的に、適切な休養日等を設定する。

○ 週当たりの休養日の設定

- ・週2日以上（平日に1日と土・日曜日のいずれか1日は必須）の休養日を設定する。
- ・大会参加により、やむを得ず土・日曜日に活動する必要がある場合は、代替休養日を確保する。
- ・大会には、コンクール、地域行事への参加等を含む。
- ・日曜日が大会の場合、前日の土曜日の練習は可とするが、必ず代替休養日を確保する。
- ・三連休等の場合は、大会参加によりやむを得ない場合を除き、1日以上は休養日とする。

○ 長期休業中の休養日の設定

- ・長期休業の意義を考慮して、土・日曜日は休養日とする。また、生徒が十分な休養をと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を設けるようにする。
- ・大会参加により、やむを得ず土・日曜日に活動する必要がある場合は、代替休養日を確保する。
- ・土・日曜日のいずれかに、やむを得ず練習試合を行うことは可とするが、特に熱中症等、生徒の健康管理に十分配慮して、休養時間を適切に設定し、無理のないよう活動するとともに、代替休養日は必ず確保する。
- ・学校閉庁日は活動を行わないことを原則とする。

○ 活動時間

- ・合理的でかつ効率的・効果的な活動を行い、長くとも平日では2時間程度で活動を終えることとする。
- ・学校の休業日（学期中の土・日曜日を含む）では、3時間程度で活動を終えることとする。
- ・練習試合やコンクール等で終日の活動となる場合でも、生徒の健康管理に十分配慮して、休養時間を適切に設定し、無理のないよう活動する。

○ 朝練習の実施

- ・朝練習の効果だけでなく、生徒の健康状態や活動意欲、学習や家庭生活等を配慮するとともに、指導する教職員の長時間労働の解消についても考慮した上で実施する。
- ・職員会議等で適宜検討し、教職員間の共通理解のもとで実施する。
- ・生徒や家庭との連携を密にして実施する。実施する場合には、希望者のみとする。
- ・放課後の練習時間が十分にとれる日（放課後2時間の活動時間が確保できる日）は、原則として行わない。
- ・朝練習を行う趣旨や効果等について、生徒と保護者・顧問等が十分に話し合い、生徒の自発的発想から実施するようにする。