

茨城県立石岡第一高等学校の運動部活動に係る活動方針

1 運動部活動の基本的な考え

- 運動部活動は、学校教育の一環として実施される教育活動であり、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にも極めて効果的な活動であることから、学校の教育目標、経営方針に基づき、今後も計画的に実施するものである。
- 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育み、生徒が運動部活動に主体的に楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と豊かな学校生活を送ることが実現できるようにする。
- PTA総会やホームページ、SNS等を利用して、保護者や卒業生及び地域に対し積極的に運動部活動に関する情報提供を行い、学校と地域並びに保護者間の共通理解を図る取組を推進するとともに、学校説明会等の機会を積極的に活用して、運動部活動の運営方針について広く発信し、理解を求める。

2 運動部活動の休養日の設定

- 運動部活動における休養日の確保については、生徒のバランスのとれた生活と成長に十分配慮するとともに、生徒の生活や健康に留意しながら運動部顧問の指導に係る業務の適正化を図るため望ましい休養日の確保を設定する。
 - (1) 土曜日または日曜日のいずれかに原則として、1日程度の休養日を設ける。ただし、個人及びチームとしての発達・発展状況を鑑みた場合や大会前等の期間においては学校長の判断によりこの限りではない。
 - (2) 学校の実情や生徒の実態を踏まえ、定期試験等の実施前の一定期間を、運動部活動休養日として設定する。ただし、大会前等の期間においては顧問等の判断によりこの限りではない。なお、この場合は管理職の許可を得るものとする。
 - (3) 運動部顧問は、科学的見地に基づき、最大のトレーニング効果を得るため、計画的に休養日を設定する。また、専門的知見を有する当該競技専門家や大学教授、保健体育担当の教員や養護教諭、学校医等との連携・協力を努め、発育・発達の個人差をはじめ、特に成長における体と心の状態等に関する正しい知識を修得したうえで、合理的かつ効率的・効果的な指導を行う。

3 運動部活動の活動時間

- 学校は、運動部活動を組織的に運営するとともに、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究も踏まえ、できるだけ短時間に合理的でかつ効率的・効果的に活動させ、望ましい活動時間を設定することとする。
 - (1) 1日の活動時間は、平日はおおむね2時間程度に定める。休業日については4時間程度とする。
 - (2) 校長及び運動部顧問は、運動部活動の実施に当たっては、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。

- (3) 運動部顧問は、部活動運営のマネジメントを行う。運動部活動経営の基本として「P D C Aサイクル」を実施するなど、より最適な運営を目指した工夫・改善に努める。
- (4) 運動部顧問は、活動目標、指導方針、出場試合等、具体的な練習内容や方法等について、生徒や保護者が十分に理解できるよう適切に伝えることに努める。
また、日頃の指導においても、運動部顧問と生徒間のコミュニケーションを十分に図り、実施者、時期、内容等を的確に伝え理解させるとともに、安全に留意した指導が実現できるように努力する。

4 運動部活動の朝の活動時間

- 運動部活動は、運動部顧問の個人的な判断で活動の是非を問うものではなく、学校全体の教育活動として全職員の共通理解の下に活動し、生徒のバランスのとれた生活と成長に配慮する。
- (1) 心身の疲労が解消できる十分な休養をとるための時間確保や学校生活に支障を来すことのないよう、原則として朝練習は実施しない。ただし、複数の部が、重複して活動を行う等の状況により、体育館やグラウンドの使用に制限がかかる場合や、大会での試合時間が早朝の場合など、生活や体を慣らすために、その時間帯に合わせた練習が必要とされる場合はこの限りではない。

5 学校単位で参加する大会等の見直し

- 学校は、各運動部が参加する大会・試合等を把握し、生徒や運動部顧問の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会・試合等を精査する。
- (1) 学校は、本方針（運動部活動に係る活動方針）及び各部の年間活動計画等や活動実績を学校のホームページ等へ掲載することにより公表する。
- (2) 学校の運動部が週末等開催される様々な大会・試合に参加することが、生徒や運動部顧問の過度な負担とならないよう、大会・練習試合等の在り方について見直すとともに、各運動部が参加する大会等を精査する。

6 文化部の活動

- 県運営方針や本校運動部活動に係る活動方針に準じた取り扱いをする。

7 熱中症予防

- (1) 活動前に適切な水分補給を行うとともに、必要に応じて水分や塩分の補給ができる環境を整え、活動中や終了後にも適宜補給を行うこと等の適切を講じる。
- (2) 熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分・塩分補給、体温の冷却、病院への搬送等適切な処置を行う。