

# 明和町 中学校部活動指導の方針

明和町教育委員会

明和町教育委員会では、スポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」及び群馬県教育委員会の「適正な部活動の運営に向けて」に則り、中学校部活動の方針を下記のとおり定める。

## 1 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。

### ① 学期中の休養日の設定

週当たり2日以上以上の休養日を設定する。(平日は少なくとも1日、土・日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする)

※なお、大会参加等により、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。

### ② 長期休業中の休養日の設定

長期休業の意義を考慮して、中学校においては、土・日曜日は原則、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こと。

※なお、大会参加等により、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。

### ③ 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。

## 2 休業日及び活動時間等の設定の工夫

定期試験前後の一定機関等、各部共通、学校全体共通の部活動の休業日を設けることや、週間、月間等での活動頻度・時間の目安を定めるなど、地域や学校の実態を踏まえ工夫しながら取り組むこと。

## 3 朝練習の実施

放課後の練習時間が十分に取れる日は、原則として行わないようにする。朝練習を実施する必要がある場合は、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検討した上で実施すること。

### 〈年間練習計画への位置付け〉

- ・職員会議等で検討するなど、教職員間の共通理解を図るとともに、生徒や家庭との連携を密にして実施する。

### 〈家庭との連携〉

- ・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。

## 4 熱中症予防のための対策

熱中症予防をするために、夏季期間(およそ7月～9月)に部活動を行う場合は以下の方法で各校においてWBGTを測定し、31℃に達した場合はその時点で部活動を中止する。

- ・平日は、部活動開始時点で測定をする。
- ・休日(長期休業中を含む)は、午前及び午後それぞれ1回以上適切な時刻に測定する。測定時刻は学校で設定する。
- ・測定する場所は校庭・体育館・武道館・音楽室等、生徒が活動する場所とする。

平成30年4月1日 策定  
令和5年6月1日 改定