

# 桜川市立岩瀬西中学校の部活動に係る活動方針



## 1 部活動の基本的な考え方

桜川市では、中学校・義務教育学校の部活動について、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン（H30.3 スポーツ庁）」及び「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン（H30.12 文化庁）」、「茨城県『部活動の運営方針』（R4.12 茨城県教育委員会）」、「茨城県運動部活動の運営方針（改訂版）Q&A、R4.12 茨城県教育委員会」に則り、部活動が生徒の健全育成のために適切に運営されるよう、「桜川市部活動の方針」を定める。

- 桜川市部活動の方針を受け、桜川市立岩瀬西中学校の部活動に係る活動方針を以下に定める。
- 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、運動によって資質・能力や体力の増進を図り、音楽や美術等によって豊かな感性や心情を養う上にも極めて効果的な活動であることから、学校の教育目標に基づき、計画的に実施する。
- 校長及び部活動顧問は、3年間の活動を通して、自主性や協調性、責任感、連帯感などを育成するとともに、部員同士が同じ目標に向かって取り組みながら、豊かな人間関係を築く活動であることを自覚し運営に当たる。
- 部活動の実施に際しては、全職員の共通理解の下、生徒のバランスのとれた心身の成長と豊かな学校生活の実現及び部活動顧問の指導に係る業務の適正化が図られるよう、学校としての組織力を高めながら、学校全体の教育活動として適切な部活動を運営していく。

## 2 部活動の休養日の設定

- 学期中は週当たり2日以上（原則：月曜日及び木曜日、土曜日及び日曜日はいずれか1日以上）を休養日とする。
- 定期テスト前は、3日前から休養日とする。（技能教科は2日前）
- 次の期間を長期の休業期間（オフシーズン）とする。
  - ・ 8月13日 ～ 16日（4日間）
  - ・ 11月13日 （1日）
  - ・ 12月27日 ～ 1月 3日（8日間）
  - ・ 年度末・年度始の平日 （2日間）
- 学校閉庁日に活動が行えるのは、大会参加の場合のみとする。
- 部活動の活動の1週間は「月火水木金土日」のサイクルとする。大会等で土日両日活動し、1日の上限を超えて活動を実施した場合、休養日を他の週休日・休日に休養日を振替える。

### 3 部活動の活動時間

○ 原則として、1日の活動時間は、平日は2時間、休業日は3時間を上限とする。学期中の休業日や長期休業日に、1日を通した練習は行わない。

※週の活動時間は、11時間を上限とする。(週計)

○ 長期休業中においても上記の対応をする。週の部活動時間の上限を超えないように計画する。

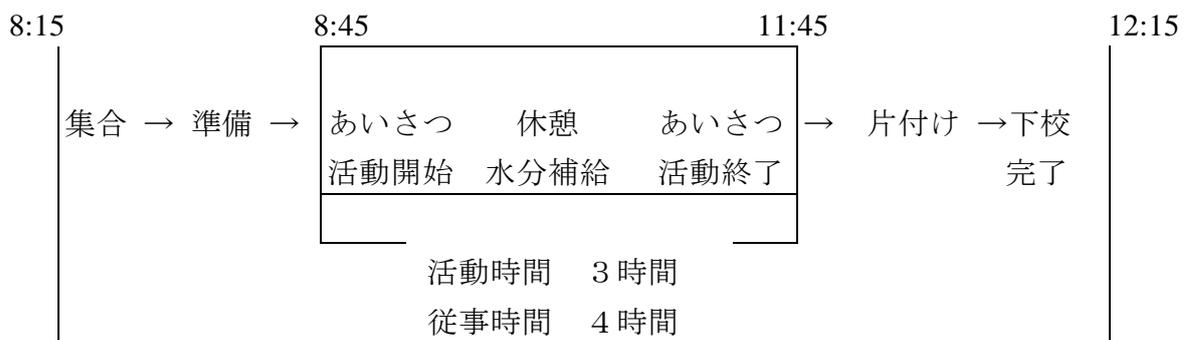
○ 部活動顧問は、集合時刻から下校完了時刻まで、活動場所・自転車置き場等で生徒を指導する。

○ 顧問が不在の場合には、平日に限り校長の許可の下、他の教員が指導を行うことで活動することができる。休業日については認められない。

※ 活動時間とは、活動開始のあいさつから、活動終了のあいさつまでとする。「ア：集合時間から開始のあいさつまで」、「イ：終了のあいさつから下校完了まで」は活動時間に含まない。ただし、ア、イは、30分以内とする。また、活動時間内に、適切な休憩時間や水分補充の時間を確保する。活動時間を増やすために、それらを減らしたり無くしたりしてはならない。

例) 休業日に、8時45分から11時45分までの3時間活動をする場合

|   |                                   |   |            |           |
|---|-----------------------------------|---|------------|-----------|
| ア | 8時15分集合                           | ～ | 8時45分あいさつ  | 30分(準備等)  |
| ・ | 8時45分                             | ～ | 11時45分     | 3時間(活動時間) |
| イ | 11時45分あいさつ                        | ～ | 12時15分下校完了 | 30分(片付け等) |
|   | 活動時間前後の30分(合計1時間)は、部活動顧問の従事時間とする。 |   |            |           |



☆ 練習試合、大会等で活動時間の上限を超えて活動した場合、休日の場合は休日に振り替える。

☆ 祝日が含まれている週や、平日に大会参加により1日の上限を超えた場合でも週の上限の範囲内となるように調整する。

## 【岩瀬西中学校 部活動終了時刻・下校完了時刻】

|         | 4月    | 5月～7月<br>(夏期間) | 9月    | 10月   |       | 11月   | 12月   | 1月    | 2月    | 3月    |
|---------|-------|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|         |       |                |       |       | 県西新人後 |       |       |       |       |       |
| 部活動終了時刻 | 17:30 | 17:45          | 17:30 | 17:15 | 17:00 | 16:45 | 16:30 | 16:45 | 17:00 | 17:15 |
| 下校完了時刻  | 17:45 | 18:00          | 17:45 | 17:30 | 17:15 | 17:00 | 16:45 | 17:00 | 17:15 | 17:30 |

### ※参考 桜川市としての考え方（桜川市部活動の方針 R5.3.1）

○中学校・義務教育学校後期課程の土曜日及び日曜日（以下「週休日」という。）  
における部活動の練習や練習試合について

（1）1週間の練習計画を立てる場合は、下記のことには注意する。

#### 1週間の練習計画を立てる場合の注意点

- ・部活動の活動の1週間は、「月火水木金土日」のサイクルとする。
- ・1週間のうち、2日以上は休養日を設ける。  
平日は少なくとも1日、週休日はいずれか1日以上を休養日とする。（例1）
- ・祝日が含まれる週や、平日の大会等参加により、1日の上限を超えて活動を実施した場合、週の上限の範囲内となるよう活動時間を調整する。
- ・1日の活動時間の上限は、平日2時間、週休日・休日は3時間とする。
- ・週休日に大会参加や練習試合を実施し、3時間を超えた場合には、休養日を他の週休日に振り替える。（例4,5,6）

### 活動計画例

| 計画例 | 月           | 火         | 水           | 木         | 金         | 土    | 日           | 合計   | 備考  |
|-----|-------------|-----------|-------------|-----------|-----------|------|-------------|------|---|
| 例1  | 休養日①        | 練習        | 練習          | 練習        | 練習        | 休養日② | 練習          | 11時間 | 土日のどちらかを休養日とする。   |
|     |             | 2時間       | 2時間         | 2時間       | 2時間       |      | 3時間         |      |   |
| 例2  | 休養日①        | 練習        | 練習          | 休養日②      | 練習        | 練習   | 休養日③        | 9時間  | 土日のどちらかを休養日とする。   |
|     |             | 2時間       | 2時間         |           | 2時間       | 3時間  |             |      |   |
| 例3  | 休養日①        | 練習        | 練習          | 練習        | 大会        | 休養日② | 休養日③        | 11時間 | 平日の大会等参加により、1日の上限を超えて活動を実施した場合、週の上限の範囲内になるよう活動時間を調整する。                          |
|     |             | 2時間       | 2時間         | 1時間       | 6時間       |      |             |      |   |
| 例4  | 1週目         |           | 2週目         |           | 3週目       |      | 4週目         |      | 2週目の練習試合で3時間を超えたので、3週目の週休日に休養日を振り替える。   |
|     | 土           | 日         | 土           | 日         | 土         | 日    | 土           | 日    |   |
|     | 練習<br>3時間   | 休養日       | 練習試合<br>6時間 | 休養日       | 振替<br>休養日 | 休養日  | 練習試合<br>3時間 | 休養日  |   |
| 例5  | 1週目         |           | 2週目         |           | 3週目       |      | 4週目         |      | 第2週目の土日に大会等を2日間連続で実施し合計6時間となった。そのため、超過した3時間を、3週目の週休日に休養日として振り替える。               |
|     | 土           | 日         | 土           | 日         | 土         | 日    | 土           | 日    |   |
|     | 練習試合<br>3時間 | 休養日       | 大会<br>3時間   | 大会<br>3時間 | 振替<br>休養日 | 休養日  | 練習<br>3時間   | 休養日  |   |
| 例6  | 1週目         |           | 2週目         |           | 3週目       |      | 4週目         |      | 第1週目の土日に大会等を2日間連続で実施し合計12時間となった。そのため、超過した9時間(3時間×3日分)を、2,3,4週目の週休日に休養日として振り替える。 |
|     | 土           | 日         | 土           | 日         | 土         | 日    | 土           | 日    |   |
|     | 大会<br>6時間   | 大会<br>6時間 | 振替<br>休養日   | 休養日       | 振替<br>休養日 | 休養日  | 振替<br>休養日   | 休養日  |   |

## (2) その他

「教職員の働き方改革」により、超過勤務時間は月 45 時間、年 360 時間を超えないようにする。副顧問等と日によって交代で指導するなどの工夫をし、超過勤務時間を考慮する。

- 部活動顧問は、生徒の健康面及び安全面に十分に留意して実際の活動を行う。その際、熱中症事故の防止を徹底するために、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(WBGT)等の情報に留意し活動する。特に、暑さ指数(WBGT) 31℃以上では、運動を原則中止とする。(空調設備がある場合は除く。)

※ 熱中症の可能性がある場合には、部活動顧問は、次のような配慮を行う。

- ・開始前の体調確認の徹底(朝食摂取・発熱・顔色・水分補給等)
- ・熱中症対策グッズの準備(帽子・氷・水分・塩タブレット・扇風機等)
- ・活動中の観察の徹底(身体の動き・発汗量等の通常との違いに留意)
- ・休憩の徹底(短時間の活動・水分補給・テントの設置による日陰の確保等)
- ・冷所での休憩(少しでも体調が悪い生徒はエアコンの効く室内等で休憩)
- ・自己申告の徹底(少しでも体調が悪い場合には無理せずに申し出る指導)

※ 熱中症と疑われる生徒が出た場合には、すぐに身体を冷やすとともに、保護者・管理職に速やかに連絡し、対応を確認する。

## 4 部活動の朝の活動

- 原則として、朝の活動は行わない。(但し、陸上大会、駅伝大会参加のための練習については、校内運営委員会で協議し、保護者の同意の下、決定する。)

## 5 学校単位で参加する大会等の見直し

- 総合体育大会及び新人体育大会を含め、各部活動が参加する大会数は1か月当たり1大会程度とする。
- 部活動顧問は、月ごとの大会参加数を精査し、事前に校長の許可を得て、大会に参加する。

## 6 感染症拡大防止の対応について

- 活動について
  - ・活動前、活動後には必ず、生徒の健康状態を確認する。(常時)
  - ・ミーティングや待機時など必要な場合は、マスクを着用する。
  - ・各競技団体からの競技特性に応じたガイドライン及び全日本吹奏楽連盟、全日本合唱連盟等の各関係団体のガイドラインを参考に、感染拡大予防のための必要な取組を実施することとする。

## 7 本校HPに部活動年間計画、月の活動予定、活動実績の掲載について

- 部活動計画表・実績表（岩瀬西中版）入力された内容をHPに掲載する。
  - ・ 顧問の責任の下、年度初め（3月31日まで）に部活動計画表・実績表（岩瀬西中版）に各部活動、**年間活動計画**を入力する。  
（前年度の活動を参考とする）
  - ・ 顧問の責任の下、（前月の20日まで）に部活動計画表・実績表（岩瀬西中版）に各部活動、**月活動計画**を入力する。
  - ・ 顧問の責任の下、（月末まで）に部活動計画表・実績表（岩瀬西中版）に各部活動、**活動実績（実施日や実施時間など）**を入力する。

## 8 その他

- 「桜川市立岩瀬西中学校の部活動に係る活動方針」に記載されていない内容は、校長及び部活動顧問等が独自の判断で対処するのではなく、「市部活動の方針作成委員会」において協議・決定する。
- **複数顧問交代による単独指導の徹底をはかる。**
- 本活動方針は、毎年見直しを行う。
- 本活動方針は、令和6年4月1日から運用する。

### 付記

|       |       |                  |
|-------|-------|------------------|
| 平成31年 | 3月29日 | 2のオフシーズンについて一部修正 |
| 令和元年  | 11月1日 | 一部変更             |
| 令和2年  | 4月3日  | 一部変更             |
| 令和3年  | 4月1日  | 一部変更             |
| 令和4年  | 4月1日  | 一部変更             |
| 令和5年  | 4月1日  | 一部変更             |
| 令和6年  | 4月1日  | 一部変更             |