

# 東向陽台中学校の部活動に係る活動方針

(東向陽台中学校ホームページ掲載)

令和 7 年 4 月  
富谷市立東向陽台中学校

# 1 適切な休養日等の設定

## (1) 適切な休養日及び活動時間等の基準

### 【基本的な考え方】

成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送り、学習・部活動などの学校生活と、学校外の活動とを併せて充実したものとするができるよう、部活動の休養日等について具体的な基準を設ける。

### 【具体的な基準について】

#### 1) 学期中の休養日の設定

- ① 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。
  - ・ 原則として平日1日、土曜日及び日曜日に1日以上に相当する休養日を設ける。
- ② 年間の休養日数を105日以上にする。
  - ・ 年間52週と考えて平準化し、原則として平日休養日を52日程度、土曜日・日曜日及び祝休日等の休養日を53日程度と考えバランス良く設定する。

#### 2) 長期休業中の休養日の設定

- ① 長期休業中は、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（オフシーズン）を設ける。
- ② 原則として夏季休業中の「日直を置かない閉庁日」及び冬季休業中の年末年始（12月29日～1月3日）の閉庁日は休養期間とする。（但し、「日直を置かない日」と前後して連続する土・日曜日がある場合は、その土・日曜日も含むものとする。）
- ③ 上記②の期間において全国大会等、校長が特別な事情があると認める場合のみ活動を可とする。

#### 3) 1日の活動時間

- ① 準備・後片付け、ミーティング等の時間を含め、1日の活動時間は平日2時間程度、休日は3時間程度を原則とする。
- ② 休日において練習のみの場合は上記の対応とするが、練習試合・大会等の場合は、校長の判断により、活動時間を延長できる。（練習試合等のない吹奏楽部等においては、校長が特別な事情があると認めた場合に限る。）

#### 4) 朝練習

- ① 朝練習については、原則禁止とする。
- ② 校長が、大会やコンクール等の前など特別な事情があると認める場合で、なおかつ、その日の放課後の練習ができない場合のみ限定的に朝練習を行うことができるものとする。ただし、その場合も学習が始まる前の時間帯であることを考慮した内容や強度となるよう計画する。
- ③ 但し、上記のケースの場合でも「月曜日」の実施は不可とする。

## (2) 「ハイシーズン」の設定について

- ・ 年間を通して様々な大会があるが、中学校総合体育大会や新人大会、東北大会・全国大会、各種コンクールなど目標とする大会で力を発揮するためには技能を強化する時期が必要であり、上記の基準だけでは生徒・保護者のニーズに応えられない現状がある。

- ・ したがって、このような時期は「ハイシーズン」として土・日曜日連続した活動ができる回数を設定し、その分、それ以外の時期に休養日を十分に確保し、生徒の身体的な疲労の蓄積やバーンアウト（燃え尽き）を防止するとともに、部活動に対する意欲の維持、向上に努めることが大切である。
- ・ その際には、恒常的にハイシーズンとならないように、生徒の教育上の意義、生徒及び顧問の負担軽減の観点から、参加する大会、コンクール等を精査する。
- ・ ハイシーズンの設定時期については、各競技の特性によって顧問裁量での設定とするが、原則、土・日曜日連続した活動ができる回数は、年間で **12** 回までとする。ただし上位大会へ勝ち進んだ場合は、最大 **16** 回までとする。
- ・ ハイシーズンの設定により、部活動や学校への登校が連続して21日間（3週間）以上にならないよう、3週間の週休日の中に1日以上休養日を設定する。

## 2 顧問による活動計画の作成と提出

- 顧問は「東向陽台中学校の部活動に係る活動方針」を踏まえ、年間を見通した活動計画を作成して休養日を確保するとともに、保護者、外部指導者に説明し、理解を求める。
- 活動計画を作成するにあたっては、効果的・効率的な活動となるよう内容を精選するとともに、学校行事や学習への影響を考慮する。
- 顧問は、年間の「部活動休養日設定確認表」を作成し、校長に提出する。
- 校長は、市教育委員会へ年間の「部活動休養日設定確認表」を市教育委員会が定めた期日に提出する。

## 3 教職員のワーク・ライフ・バランスの実現に向けて

- 校長は、教師の部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文部科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成30年2月9日付け29文科初第1437号）」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。
- 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部の活動内容を把握し、生徒が安全に活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

## 4 指導体制の構築

- 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置するよう努める。
- 校長は、顧問の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌や、部活動指導員の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導・運営及び管理に係る体制の構築を図る。