

# 令和6年度 椿町中学校運動部活動に係る活動方針

令和6年4月  
阿南市立椿町中学校

## 1 運動部の活動方針の策定について

- (1) 本校の部活動において、運動部の活動については、「椿町中学校運動部活動に係る活動方針」を策定するものとする。
- (2) 活動方針及び活動計画等は、学校ホームページに掲載し、公表するものとする。
- (3) 運動部顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日、参加予定大会日程等）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し、校長に提出するものとする。

## 2 指導・運営に係る体制の構築について

- (1) 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、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に運動部活動を実施できるよう、適正な数の運動部を設置する。
- (2) 校長は、運動部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等を勘案した上で適切な配置を行うなど、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。
- (3) 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各運動部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ活動を行い、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) 校長は、教師の運動部活動への関与について、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

## 3 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組について

### (1) 適切な指導の実施

① 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。

② 運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために休養を適切に取る必要があること、また、過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解するとともに、生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

また、専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や女子の成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

## 4 適切な休養日等の設定について

### (1) 休養日の設定

① 学期中は、週あたり2日以上の休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。）

② 長期休業日中については、学期中の休養日の設定に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養をとることができるとともに、運動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。

③ 定期テスト前後の休養日について

ア. 中間テスト 原則として、テスト前3日間とテスト期間中の部活動を休止する。

イ. 期末テスト 原則として、テスト前5日間とテスト期間中の部活動を休止する。

(2) 活動時間の設定

① 1日の活動時間は、長くとも平日は2時間程度、学校の休業日(学期中の週末を含む)は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効果的な活動を行う。

② 早朝練習については、体力向上プログラムによるトレーニングのみとし、放課後の練習が十分に確保できる場合は、原則として行わないこととする。

(3) 教師の勤務時間管理について

部活動の休養日には、前記2.の(4)で示したように、業務改善及び勤務時間管理等を適切に行い、長時間の時間外勤務を行わないように努める。

## 5 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえた運動部の設置

校長は、部員の減少により単一の学校での特定の競技の運動部が一定期間、存続できない場合には、生徒のスポーツ活動の機会が損なわれることがないように、複数校の生徒が拠点校の運動部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。

(2) 地域・保護者等の連携

校長は、学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のための教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーという考えの下で、スポーツ環境の整備を進める。

## 6 学校単位で参加する大会等の見直し

校長は、学校の運動部が参加する大会・試合の全体像を把握し、週末等に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、運動部が参加する大会等を精査する。

## 令和6年度 椿町中学校 運動部活動計画について

### 1 活動日及び活動時間

① 授業日（月・火・水・金）については、放課後2時間程度とする。

授業日の練習については、短縮授業等により終了時刻が早くなる場合がある。

② 休日については、原則8：00～11：00とする。

※ 上記の活動時間を基準とする。

※ ただし②について、施設の空き状況、対外試合、練習試合の日の活動時間はこの限りでない。

### 2 休養日

① 学期中の休養日については、授業日は原則として木曜日を休養日とする。週休日は原則として日曜日を休養日とする。木曜日に活動を行う場合はその他の平日を休養日とする。

② 長期休業日中の休養日については、学期中の休養日の設定に準じた休養日を設ける。

③ シーズンオフを各部の活動状況に応じて適宜設ける。

※ ただし、学校行事、対外試合、練習試合等で、練習等を中止できない場合は、特例として他の活動時間と振り替えることができる。

### 3 令和6年度において参加できる大会等

	卓球	その他の活動
4月	県中卓球選手権大会（団体）	
5月	県中卓球選手権大会（個人） 南部Bブロック春季卓球大会	県中学校陸上競技大会
6月	南部Bブロック総体	
7月	県中総体（団体・個人）	通信陸上競技徳島大会，市中陸上大会
8月	全日本・四国選手権，学年別新人卓球	
9月		県中郡市陸上大会
10月	南部Bブロック新人大会	市中駅伝大会
11月	県中新人卓球大会（個人）	県中駅伝大会
12月	学年別新人卓球大会（個人）	
1月	県中新人卓球大会（団体戦）	
2月		県中学校新人駅伝競走大会
3月	学年別新人卓球大会（団体戦）	

#### 4 安全対策について

##### 【全般の対策】

- ・ 警報発表時は部活動中止
- ・ 雷が鳴っているときは屋外の活動は中止し、屋内に避難
- ・ 設備の定期的点検
- ・ こまめな水分補給，休憩回数の確保
- ・ 屋外競技のテントの設置や日陰をつくる
- ・ 屋内競技では，熱中症対策としてこまめな換気を行う
- ・ 練習前の健康チェック（睡眠時間，食欲の有無，ケガ等の確認）
- ・ 練習中の安全な場（空間・スペース）等の確保
- ・ 体育館内での温度計の設置
- ・ 技術不足による事故や不注意によるケガなどへの安全配慮  
（卓球台への危険な接触や転倒事故，練習者同士の接触事故など）

#### 5 安全点検・危機管理

生徒の心身の健康管理，事故防止（施設・設備の点検や部活動における安全点検等）及び，体罰・不適切な指導の根絶、ハラスメントの根絶を徹底する。