

令和8年度石井中学校運動部活動に係る活動方針

令和8年4月
石井町石井中学校

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、徳島県教育委員会が平成26年3月に作成した「運動部活動指導指針」、スポーツ庁が平成30年3月に作成した「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」、石井町教育委員会が平成30年6月に作成した、「石井町中学校における運動部活動の方針」に則り、「石井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、「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日文科科学大臣決定)」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。

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、徳島県教育委員会が平成26年3月に作成した「運動部活動指導指針」に則り、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3日間とテスト期間中の部活動を休止する。

※ただし1年生は、1学期中間テストのみテスト前5日間とテスト期間中とする。

(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、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、上記2. の(4)で示したように、「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)」等を踏まえ、法令に則り、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、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8年度 石井中学校 運動部活動について

1. 活動日及び活動時間

- ① 授業日(6校時)については、原則18:30までとする。
- ② 授業日(6校時未満)については、①の終了時刻を早くする。
- ③ 上記①②以外の日については、原則8:00～11:30とする。
- ※ 日没が早い時期は、終了時刻を早くする。
- ※ ただし③について、施設の空き状況、練習試合の日程等により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、授業日は各部活動とも1日の休養日を設定する。週休日については、毎週1日以上休養日を設ける。
- 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。

参考(各部活動の休養日一覧)

部活動名	授業日	土・日・祝
野球	原則 月曜日※試合により変更あり	原則 日曜日 ※試合により変更あり
サッカー	原則 水曜日	原則 日曜日
陸上競技	原則 水曜日	原則 日曜日
男子ソフトテニス	雨天時 または月曜日 または出張日	原則 日曜日
女子ソフトテニス	雨天時 または月曜日 または出張日	原則 日曜日
男子卓球	原則 木曜日	原則 日曜日
女子卓球	原則 木曜日	原則 日曜日
バレーボール	原則 水曜日	原則 日曜日 試合の場合は月曜日
男子バスケットボール	火曜日 または 木曜日	日曜日 または祝日で1回
女子バスケットボール	火曜日 または 木曜日	日曜日 または祝日で1回
柔道	原則 木曜日	原則 日曜日
剣道	原則 月曜日	原則 日曜日

・水泳、新体操、硬式テニス は、各自で練習日・休養日の調整をする。

3. 令和8年度において各部が参加できる大会等 ※予定変更する場合があります。

	野球	サッカー
4月	県中軟式野球選手権、県中軟式野球選抜大会 県中軟式野球春季リーグ	NHK県中サッカー選手権大会
5月	県中軟式野球春季リーグ、春季リーグ中央大会	県U-15サッカーリーグ後期(～8月)
6月	北部Bブロック総体	北部Bブロック総体
7月	県中総体	県中総体
8月	県中軟式野球選手権大会	
9月	県中軟式野球秋季リーグ	高円宮杯U-15サッカー選手権大会
10月	県中軟式野球秋季リーグ、郡中新人大会	
11月	県中軟式野球新人大会	県中新人大会
12月	県中軟式野球秋季リーグ中央大会	全国ジュニアユースフェスティバル in 徳島
1月		県U-15サッカーリーグ前期(～3月)
2月		
3月	県中軟式野球選手権北部ブロック大会、郡中軟式 野球選抜大会	

	陸上競技	バレーボール
4月	徳島陸上競技カーニバル、県中長距離記録会	県選手権大会
5月	県陸上競技選手権大会、県強化記録会	
6月	県中学校陸上競技大会	近郷大会、北部Bブロック総体
7月	通信陸上競技徳島大会、県強化記録会 県中長距離記録会	県中総体
8月	四国総体、全中陸上競技大会、ジュニアOP選考会	
9月	県中郡市陸上、県中長距離記録会	
10月	県中新人陸上競技大会、県中長距離記録会	北部Bブロック新人バレーボール大会
11月	秋季カーニバル、県中長距離記録会、県中駅伝大会	県中新人大会
12月	県中長距離記録会	
1月	徳島駅伝	
2月	県中学校新人駅伝競走大会、投擲記録会	
3月	県強化記録会、投擲記録会	1年生大会

	男子ソフトテニス	女子ソフトテニス
4月	選手権大会(団体)	選手権大会(団体)
5月	選手権大会(個人)	選手権大会(個人)
6月	北部Bブロック総体、プリンスカップ(団体)	北部Bブロック総体
7月	県中総体(団体・個人)	県中総体(団体・個人)
8月	四国総体(団体・個人) 学年別大会・夏季研修大会(個人) YONEXCUP(団体)	学年別大会 YONEXCUP(団体)
9月	県中新人戦(個人) 夏季研修大会(団体)	県中新人戦(個人) 夏季研修大会(団体)
10月	北部Bブロック新人大会(個人)	北部Bブロック新人大会
11月	ソフトテニス祭(個人) 阿波銀カップ(団体) 県中新人大会(団体)	ソフトテニス祭・あわぎんカップ 県新人大会(団体)
12月	ケンコーカップ(団体)	ケンコーカップ 四国インドア大会(団体・個人)
1月	鳴門インドア大会(個人)	
2月		
3月	蔵本団体戦	蔵本団体戦

	男女卓球	水泳
4月		
5月	県中卓球選手権大会(団体・シングルス)	
6月	北部Bブロック総体(団体・シングルス)	県中水泳競技選手権大会
7月	県中総体(団体・シングルス) 講習会(西部))	県中総体
8月	全日本・四国選手権大会 学年別新人卓球大会	
9月		学年別水泳競技大会
10月	北部Bブロック新人大会	
11月	県中新人卓球大会(シングルス)	
12月	県中新人卓球大会(団体戦)	
1月	学年別新人卓球大会(シングルス)	
2月		
3月	学年別新人卓球大会(団体戦)	

	男子バスケットボール	女子バスケットボール
4月		
5月	県中バスケットボール選手権大会	県中バスケットボール選手権大会
6月	北部Bブロック総体	北部Bブロック総体
7月	県中総体	県中総体
8月	四国総体、全国総体、県南バスケットボール大会	四国総体、全国総体、県南バスケットボール大会
9月		
10月	北部Bブロック新人大会、すだちカップ	北部Bブロック新人大会、すだちカップ
11月	県中新人バスケットボール大会	県中新人バスケットボール大会
12月		
1月	海南カップ	海南カップ
2月	Awa Cup	Awa Cup
3月		

	柔道	剣道
4月		山家旗争奪県下剣道大会、昇級審査
5月	選抜少年柔道大会、県中体重別選手権大会 県中学校柔道選手権大会	県中選手権大会、昇段審査
6月	北部Bブロック総体	北部Bブロック総体、昇級審査
7月	県中総体	県中総体、全国総体
8月	四国中学総体、全国中学校柔道大会	中学校夏季錬成会
9月		昇級審査
10月	県中新人学校対抗柔道大会	中学校学年別新人剣道大会(個人)
11月		県中新人剣道大会、昇段審査
12月	県中新人体重別選手権大会、牛鬼カップ中学生 柔道大会	眉山ライオンズ剣道大会
1月		県下中学校強化錬成大会、昇級審査
2月		四国中学校新人剣道大会、昇段審査
3月		

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、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

【個別の対策】

- (サッカー) ・15分を基本とした練習メニューの展開(休憩時間の確保)
 - ・ゴール等の設備の運搬、固定への安全配慮
 - ・レガース等安全対策の確実な実施
- (ソフトテニス) ・クールタイム(身体を冷やす時間)の設定
- (武道場) ・大型扇風機の設置による空調管理
- (野 球) ・マシン等の機材使用時は、必ず教員が指導
 - ・ボールが行き交うグラウンドでの『危ない』の声かけ、他の部活との連携
- (剣 道) ・定期的に道具(竹刀等)の安全点検
- (柔 道) ・準備運動に受け身を取り入れ、無意識でも受け身ができるような練習
- (陸 上) ・投擲、跳躍種目の安全確保に配慮