

# 運動部活動に係る活動方針

令和4年4月  
仙台市立人来田中学校

## 1 本校の運動部活動が目指すもの

### 【学校教育目標】

知・徳・体の調和を図り、心身ともに健康で人間性豊かな生徒の育成

### 【校訓】

自主 ・ 友愛 ・ 健康

- (1) 学校教育目標実現のために、運動部活動を通して、本校生徒の確かな学力，豊かな心，健やかな体のバランスのとれた「生きる力」を育み，心豊かでたくましい本校生徒を育てること。
- (2) 運動部活動を通して，本校生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り，生涯にわたって心身の健康を保持増進すること。
- (3) 運動部活動を通して，本校生徒が生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに，本校生徒がバランスのとれた心身の成長を遂げ，充実した学校生活を送ること。

## 2 適切な運営のための体制整備

### (1) 学校の運動部活動に係る活動方針策定

- ・校長は、「運動部活動の方針」（仙台市教育委員会 H30年10月策定）に則り，毎年度，「運動部活動に係る活動方針」を策定する。

### (2) 年間活動計画の作成

- ①運動部顧問は，年間活動計画を作成する。
- ②運動部顧問の作成する年間活動計画には，年間を通して基本となる休養日（活動日）及び参加予定の大会日程等を明示する。
- ③運動部顧問は，生徒が自主的・自発的に取り組める活動となるような計画を立てるとともに，生徒に練習の目的，技能等の向上や心身の成長のために適切な練習内容であることを理解させる。

### (3) 方針と計画の公表

- ・上記（1）（2）の活動方針並びに年間活動計画を学校のホームページへの掲載等により公表する。

### (4) 毎月の活動計画の作成

- ・運動部顧問は，毎月の活動計画（活動日，休養日及び参加予定の大会日程等）を作成する。

### (5) 毎月の活動計画の通知

- ・運動部顧問は，上記（4）毎月の活動計画を文書等で事前に生徒及び保護者に通知する。

## (6) 毎月の活動実績報告

- ・運動部顧問は、毎月の活動実績報告（活動日時、場所、休養日及び大会参加日程等）を行う。

## 3 指導・運営に係る体制について

### (1) 本校が設置する運動部

- ①令和4年度は下記の運動部を設置することとする。
- ②運動部顧問については部活動指導計画参照
  - ・野球部   ・サッカー部   ・男子ソフトテニス部   ・女子ソフトテニス部
  - ・男子バスケットボール部   ・女子バドミントン部   ・(特設) 駅伝部

### (2) 保護者への説明

- ①運動部ごとに保護者へ説明する機会を設定し、年間計画、活動日、休養日、参加する大会等について理解と協力を得る。
- ②運動部顧問は、よりよい運営のために、必要に応じて保護者に説明する機会を設ける。

## 4 適切な活動時間及び休養日等の設定

### (1) 学期中の休養日       \* 休養日とは朝も放課後も活動を行わない日

- ①学期中は、週2日以上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。
- ②週末に大会参加等で活動した場合は、原則として、休養日はほかの週末に振り替える。大会が週末に連続して開催され、ほかの週末に振り返られない場合には、平日に休養日を設定する。
  - ※祝日、休日は週末と同じ扱いとする。

### (2) 長期休業中の休養日

- ①学期中に準じるものとするが、原則として、週末及び祝日、休日、学校閉庁日を休養日とする。
- ②夏季学校閉庁日及び年末年始の学校閉庁日と連続させるなど、ある程度長期間の休養期間（オフシーズン）を設ける。

### (3) 平日の活動時間

- ・長くとも2時間程度とする。

### (4) 長期休業日及び週末、祝日、休日、学校の休業日の活動時間

- ・長くとも3時間程度とする。

### (5) 朝練習の制限

- ①同一の運動部が、長期間にわたって連続的に行う朝練習は行わないものとする。
- ②施設の利用上、放課後の活動制限等、校長が認めた場合の朝練習は行ってもよいが、生徒の健康には十分配慮して実施する。

## **(6) 強化練習期間（ハイシーズン）**

- ・年間計画に設定した強化練習期間（ハイシーズン）には、通常よりも活動時間や活動日を増やすことができるものとする。

※中学校体育連盟が主催、共催する大会等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る。このような時期を強化練習期間（ハイシーズン）として活動時間や活動日を増やす場合には、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。

## **5 効果的・効率的な活動のための取組**

### **(1) 健康，安全，コンプライアンスに配慮した適切な指導**

- ①生徒の心身の健康管理（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）
- ②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）
- ③体罰・ハラスメントの根絶

### **(2) 正しい知識に基づいた指導**

- ①運動部顧問は、中央競技団体が作成した運動部活動の指導手引を積極的に活用し、適切な指導を行う。
- ②運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地をもって、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、過度の練習が必ずしも体力・運動能力の向上につながらないことなどを正しく理解するよう努める。

## **6 参加する大会等の検討**

### **(1) 参加する大会等の精選**

- ①運動部顧問は、本校生徒にとっての教育上の意義並びに本校生徒の負担を考慮して、中学校体育連盟が主催または共催する大会を基本とし、本校として参加する大会等を精選するよう努める。
- ②運動部顧問は、生徒にとっての教育上の意義並びに生徒の負担を考慮して、練習試合等を計画するよう努める。

### **(2) 参加する大会や校外で行う練習試合等への移動手段**

- ・本校生徒の移動については、原則として公共交通機関を利用することとする。  
※公共交通機関の利用が困難な場合には、業者に依頼することを検討する。  
※業者に依頼することも困難な場合には、保護者の共通理解と了解を得て、保護者に協力を求める。

## **7 今後の環境整備についての検討**

- ・生徒の活動環境の充実のため、学校と地域が共に生徒を育てるという視点に立ち、地域、保護者の理解と協力を得つつ、学校や地域の実態に応じて、地域の関係団体等との連携等の検討を行う。