

令和4年度 仙台市立郡山中学校 部活動指導計画

1 部活動指導計画目標

- (1) 生徒の自主性・社会性を育て、充実した学校生活を経験させることで、心身ともに調和のとれた人間性豊かな生徒を育てる。
- (2) 生徒一人一人が、文化的・体育的活動に積極的に参加し、広い教養を身に付け、体力の向上を図り、気力に満ちてやり抜く精神力と態度を養う。

2 組織について

- (1) 現在設置されている部活動（運動部 16，文化部 4，合計 20）

- ① 運動部（入部可能な性別）

- ・校庭（4）・・・陸上（男女），野球（男女），サッカー（男女），ソフトボール（女）
- ・テニスコート（2）・・・ソフトテニス（男）（女）
- ・プール（1）・・・水泳（男女）
- ・体育館（5）・・・バスケットボール（男）（女），バドミントン（男）（女），バレーボール（女）
- ・武道館（2）・・・柔道（男女），剣道（男女）
- ・室内（2）・・・卓球（男）（女）

- ② 文化部（男女どちらでも入部可能）

- ・室内（4）・・・家庭，美術イラスト，吹奏楽，科学

- ③ 特別に設置する部活動（男女どちらでも入部可能）

- 駅伝部（男女），新体操（女），アイススケート（男女），スキー（男女）

※ 個人競技（新体操，アイススケート，スキー）については、別に定める（本指導計画7(1)参照）。

- (2) 活動場所について

- ① 原則上記(1)に記載されている活動場所で活動を行う。

- ② 雨天時は割当表に従い活動を行う。

ただし、100m廊下や階段での活動，ランニングのメニューは行わない。また、校舎内で部活動をする場合は、顧問の指示の下、硬いボールやバット，ラケットを使用せず、安全に留意して活動することとする。

- ③ 3年棟南側の広場を使用する場合の注意事項

※活動する場合はトレーニングとし、ボールを使用した活動は行わない。

- ④ カリオン塔前での活動は禁止とする。

(3) 部活動内の組織について

- ① 各部活動の生徒代表者（部長）1名，その補佐役（副部長）を1～2名程度おく。その他，部活動ごとの実態に応じて必要な係分担を行う。
- ② 各部活動の教師側の責任者（顧問）については，別に校長が任命する。
なお，外部指導者については各部活動ごとに校長に届け出る（外部指導者は顧問として認められない）。

(4) 部活動全体の組織について

部活動の適切な活動を行うために次の組織を置く。特別な判断が必要な場合や部活動指導計画の改正等が必要な場合については，部活動顧問会や職員会議で検討する。

- ① 部活動顧問会（教頭・教務・生徒指導主事・各学年部活動担当，部活動指導担当）

《主な活動》

- ・部活動指導計画の作成，検討
- ・活動状況の確認
- ・部活動新設，廃部の検討，準備
- ・部活動指導計画の検討，見直し
- ・部活動保護者会の開催，進行
- 等

- ② 部長会（各部活動の部長）

《主な活動》

- ・部活動活性化のための話し合い

3 部活動運営における体制について

- (1) 各部顧問は，年間活動計画を作成し，校長へ提出しなければならない【様式1：年間活動計画】。年間活動計画には，活動日，休養日及び参加予定大会等を明示する。

- (2) 各部顧問は，毎月の活動予定表を作成し，校長へ提出しなければならない【様式2：月間活動計画（実績報告書）】。また，実際の活動時間を報告書に記入し，校長へ提出しなければならない（月間活動計画に朱書きで記入しても構わない）。【様式2：月間活動計画】の部活動の「活動内容」については以下の項目を原則記述する。

運動部は ア) 練習 イ) 練習試合 ウ) 休養日 エ) 大会参加 オ) その他 とし，

文化部は ア) 練習 イ) 強化練習 ウ) 休養日 エ) 大会参加 オ) その他 とする。

※ イ) 練習試合や強化練習は，部活動の実状により，活動時間が原則の時間より長くなる場合がある。

- (3) 各部の活動計画は，各部顧問が作成し（それぞれの様式で構わない），保護者・生徒に配付する。

4 活動について

平成30年10月に仙台市教育委員会から出された部活動の方針（以下，市方針）に従い，活動を行う。各部顧問は，合理的でかつ効率的・効果的な部活動運営を目指す。

<市方針P. 4～P. 5より抜粋>

(1) 運動部活動の休養日の設定

①学期中の休養日

- ・学期中は、週2日以上 of 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、原則として、休養日は他の週末に振り替える。

※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

- ・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。

③休養期間の設定

- ・定期考査期間や大会終了時期等を活用し、学期中に休養期間を設けることに努める。

- ・夏季休業中や年末年始などの学校閉庁日と連続させるなど、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

(2) 運動部活動の活動時間の設定

①学期中の平日の活動時間

- ・長くとも2時間程度とする。

②学校の休業日（学期中の週末、祝日、休日、長期休業中の平日を含む）の活動時間

- ・長くとも3時間程度とする。

③朝練習の制限

- ・同一の運動部が、長期間にわたって連続的な朝練習は行わないものとする。

- ・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。

④強化練習期間（ハイシーズン）の設定

- ・年間計画において、強化練習期間（ハイシーズン）の設定を校長が認めた場合、その期間は通常よりも長時間活動する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。

(1) 学期中の平日の活動時間

- ① 本校の学期中の平日の実績活動時間（実際に運動する時間）を市方針に従い、長くとも2時間程度とする。

顧問は生徒の活動に十分注意し、下校時間は厳守させる。

- ② 活動時間 例) 50分6校時で、帰りの会が16:00に終了する場合

→4月～7月で最大で2時間30分活動できるが、実際は準備や片付けがあるため、実績活動時間は2時間程度であるとする。

期 間	最大延長時刻	16:00からの活動時間
4月～7月	最大延長 18:30	2時間30分
8月～10月	最大延長 18:00	2時間00分
11月～2月	最大延長 17:30	1時間30分
3月	最大延長 18:00	2時間00分

- ③ 活動の延長を希望する場合は、顧問が延長届【様式3：部活動延長届】に記入し許可を受ける。
- ④ 活動時間には、委員会や係活動などを併せて設定することもある。その場合は、委員会、係活動等を優先しなければならない。
- ⑤ 合唱コンクール、運動会などの学校行事の関係や、緊急時の配慮のため、またその他の理由で活動を中止または時間短縮する場合がある。
- ⑥ 1年生は部活動集会後に正式入部となるが、市中総体が終わるまでは、最大延長17:30完全下校とする。ただし、正選手の場合はその限りではない。1年生の仮入部は、部活動集会までの期間に設定し、その後本入部とする。
- ⑦ 午前授業で給食なしの日に、午後から部活動を行う場合は、各部顧問の指示により弁当持参で、各部の割当場所で弁当を食べた後、活動を行うことができる。
- ⑧ 終業式・修了式後の部活動は、一度帰宅し通信表等を置いてから、活動を行うことができる。
- ⑨ 運動部と駅伝部を掛け持ちしている場合は、生徒の心身の負担を配慮した活動時間を設定して活動を行う。
- ⑩ ハイシーズンでの活動時間は①の限りではない（本指導計画4(6)参照）。

(2) 朝練習について

- ① 同一の運動部が、長期間にわたって連続的な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。
- ② 朝練習については、次のア～ウの例のような場合は、朝練習許可願【様式4：朝練習許可願】にその理由を記入し、申請を行い、許可を得た場合に限り行うことができる。
 - ア) ハイシーズンである場合（この場合、ある程度の連続的な朝練習を認める）
 - イ) 放課後の活動において生徒の安全を確保することが難しい場合
 - 例) 外の部活動で、日没が早く、16:30頃からボールが見えない状況で練習を行い、怪我が発生したことがあった。生徒の安全確保のため、朝練習を行い、放課後の練習は延長しないようにした。
 - ウ) 学校行事や体育館・校庭割当等により活動時間が確保できない場合
 - 例) 冬期の体育館割当では、体育館のフロアを使用できる時間が30分しか確保できないことがある。そのため、朝練習を45分行い、1日の活動時間を1時間15分とした。
- ③ 活動可能時間 7:10～8:10（各部によって開始時間を遅らせても構わない）
ただし、終了時間を厳守すること。また、この時間に準備・片付けの時間を含める。
- ④ 顧問がつけない場合、朝練習は実施できない。また、放課後活動のない日も実施できない。
- ⑤ 朝練習を行った場合、原則として、放課後の練習との合計実績活動時間が長くとも2時間程度とする。ハイシーズンでは、生徒の健康状態を留意し、長時間活動することができる。

(3) 週末（土、日や祝日）の活動について

- ① 顧問の指導のもと、部活動が必要と認めた場合、校長の許可を得て行うことができる。
 - ② 活動を行う場合は、顧問が月初めに週末の部活動について許可届けを提出し、校長の許可を得ること。
 - ③ 週末に練習試合や強化練習、大会参加を連続して行った（週末に休養日を設けられない）場合は、原則として、休養日は他の週末に振り替える。ただし、年間計画のハイシーズン等により振り替える週末が、3週を超えてしまうような場合には、生徒の健康状態を留意し、平日に振り替えても良い。
 - ④ 週末の活動時間は、原則として、長くとも3時間程度とする。ただし、1日の実績活動時間が3時間を超える場合（練習試合や強化練習、大会参加）は、生徒の健康状態を留意し、活動するものとする。
- ※ 長期休業中は、学期中の週末の活動に準ずるが、週末、祝日、学校閉庁日を休養日とする。

(4) 休養日（休養日とは、朝練習も放課後練習も行わない日である）について

学期中は原則、週2日以上休養日を設ける。

- ① 原則として、土日のいずれかを休養日とする。
- ② 原則として、平日のうち1日を休養日とする。
※ 週末に大会参加や練習試合への参加、強化練習のために活動した場合、原則として休養日は他の週末に振り替える（本指導計画4(3)④）
- ③ 夏季休業中や年末年始等の学校閉庁日と連続させるなど、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

(5) 部活動中止について

- ① 考査前の部活動中止とし、以下のように休養期間を設ける。

中間考査	4日前	から部活動中止
期末考査	5日前	から部活動中止
実力考査	1日前	から部活動中止

- ② 職員全体に関する会議等がある場合は、原則として放課後を部活動中止とする。

(6) ハイシーズンについて

年間計画において、強化練習期間（ハイシーズン）を設定し、その期間は通常（本指導計画4(1)～(5)）よりも長時間活動する（活動時間や活動日を増やす）ことができる。

① ハイシーズンの設定

ア) ハイシーズンを設定できる期間は、大会へ向けた1か月程度とする。

※ 上位大会（県大会、東北大会、全国大会）へ出場する場合は、ハイシーズンを延長することができる。

イ) ハイシーズンを設定することができるのは、年間に3回までとする。

ウ) ハイシーズンを設定することができる大会は、6月の「市中総体」、10月の「市新人大会」の他に中体連が主催、共催する大会が考えられる。ただし、文化部はこの限りではない。

エ) ハイシーズンにおいては、ある程度連続した朝練習を行ってもよい。

<大会例（運動部活動の方針に係る具体的な運用〔Q&A〕P. 6より抜粋>

中体連共催の大会は、

種目	開催時期	中体連共催の大会
バスケットボール	3月	春季大会
野球	4月	春季大会
バレーボール	1月	市民総合大会
ソフトテニス	3月	春季大会
柔道	4月	春季大会
剣道	8月	錬成教室大会
ソフトボール	5月	春季大会

また、中体連主催・共催以外の主な大会は、

種目	開催時期	中体連主催・共催以外の大会
陸上	7, 8月	通信陸上、ジュニアオリンピック予選
サッカー	7月	1年生大会
ハンドボール	4月	春季大会
ソフトテニス	4, 5月	春季大会
卓球	5, 8, 2月	市中学校対抗卓球大会, 市卓球協会会長杯, 市卓球新人大会
バドミントン	4, 2月	春季大会, 1年生大会
弓道	8月	審査会、ウィンター杯

(7) 活動の条件について

- ① 1名以上の顧問の指導（活動場所で直接指導する）、または指示（校内において指示は可能だが、活動場所にはつけない場合のこと）が可能であること。
- ② 顧問が活動につけない場合、代理の教員に顧問代理を頼んで、活動が必要か検討の上、活動することができる。ただし、その際の責任の所在を明らかにしておくこと。**できなければ、その際の活動を休止する。**朝練習については、顧問がつかない場合は実施できない。
- ③ 部長を中心に全員が協力し、自主的に充実した活動が行えるようにする。
- ④ 活動場所や部室、学校施設の美化に努め、マナーを守って安全に活動できるようにする。
- ⑤ 決められた時間を守って活動する。下校時間を厳守する。
- ⑥ 延長活動や朝練習、休日の活動など時間外の活動を行う場合は、活動終了まで顧問が責任をもち、顧問の責任において解錠・施錠等を行うこと。
- ⑦ 校外行事、試合等で校外に生徒を引率する場合、生徒校外引率届【様式5：生徒校外引率届】に必要事項を記入、捺印し、校長の許可を得る。

(8) 提出書類について

- ① 提出の方法

顧問→部活動担当→教務→教頭→校長の許可を得る。教育計画にある規定の様式を使用し、提出する。

② 提出の様式

- 【様式1】年間活動計画
- 【様式2】月間活動計画（実績報告書）
- 【様式3】部活動延長届
- 【様式4】朝練習許可願い
- 【様式5】生徒校外引率届
- 【様式6】部活動確認書
- 【様式7】転部願い

(9) 活動時の服装について

- ① 服装については、②の条件を除いた場合は、制服もしくは郡中指定のジャージを原則とする。
- ② 部活動ごとに揃えたジャージについては、顧問の許可のもと着用を認める。
- ③ 部活動ごとにジャージ等を揃える場合、活動にふさわしいもので、華美すぎないものとし、保護者の負担軽減に配慮する。

(10) 学校の設備の使用・荷物の管理について

- ① 常に安全に、誰もが気持ちよく使用できるよう活動場所や部室の美化、整理、整頓に努める。
- ② 各活動場所に荷物を移動して活動すること。
- ③ 部活動で使用する私物（シューズ・スパイクを含めた用具類）は原則として持ち帰ること。

5 部活動の参加について

(1) 加入・参加について

- ① 部活動への加入は推奨事項とする。ただし、家庭学習の確保（塾を含む）や校外での活動に参加している場合、家庭の都合により部活動に参加することが難しい場合は、保護者・本人と相談の上、部活動へ参加しなくてもよい。その場合は、部活動確認書【様式6：部活動確認書】を提出することとする。
- ② 活動は、基本的に部活動に加入した生徒全員が参加とする。ただし、体調不良や用事がある場合、活動を休む場合は、必ず顧問にその旨を申し出ることとする。
- ③ 体調不良等のため保健体育の授業を見学した日は、その日の部活動を行わずに体調を整えることとする。
- ④ 体調不良を理由に保健室で1時間以上の休養を取った際は、その日の部活動は行わずに体調を整えることとする。

(2) 活動許可について

- ① 十分な活動ができると認めた人数で、1年を通して活動ができる部活動であること。
- ② 活動の目的や内容が適切であること。
- ③ 現有の設備で活動できること。
- ④ 部活動指導計画や生徒指導部から「生活のきまり」、各部の「部活動のきまり」を守って活動

できること。

(3) 入部について

- ① 2・3年生の入部（継続確認）は原則として、年度初めの定められた期間に受け付ける。
- ② 本人が保護者の承諾のもと、4月に保護者に配付する部活動確認書を学級担任と顧問に提出する。部活動確認書（学級担任用と顧問用）は、名簿や連絡網の作成が終了した後、顧問の責任のもと処分する。
- ③ 1年生の入部については、4月に見学期間・体験期間を設定する。その後、部活動集会までに学級担任を通して顧問に入部届けを提出して正式に入部する。

(4) 退部・転部について

- ① 原則として、1年間は退部・転部を認めない。
- ② やむを得ない事情で転部する場合は、転部する本人が学級担任、部活動顧問とよく相談の上、保護者の承諾のもと転部願い【様式7：転部願い】を学級担任に提出する。これをもって入部届に代えるものとする。
- ③ 退部する場合は、退部する本人が学級担任、部活動顧問とよく相談の上、保護者の承諾のもと部活動確認書【様式6：部活動確認書】を学級担任に提出する。

6 部の創設、廃止について

(1) 部の創設

- ① 新しい部活動が創設される条件は、次のとおりである。
 - ア 現在設置されている部活動が廃止され、新たな部活動が設置可能になった場合
 - イ 生徒数増加、それに伴う教職員数の増加があるなどして、部の新設に対応できる場合
- ② 部の新設の可否については、顧問会がこれを検討し、校長の最終判断で決定する。
- ③ 新設が決まった場合の活動内容については、顧問会で生徒の希望や担当教師の専門性などを考慮しながら検討し、校長の最終判断で決定する。
- ④ 部の新設の際の部員の応募などについては、何らかの方法で全校生徒に告示する。

(2) 部の廃止

- ① 部活動内で生徒全員に廃止の意思があれば、顧問会はその部活動の廃止を認める。
- ② 部員数が活動最少人数（下記※参照）を下回った場合でも、その時点で在籍している部員が引退するまではできる範囲での活動を認める（運動部については、個人戦のみの参加や合同チームでの大会出場など）。

※ 活動最少人数については、運動部の団体種目は試合成立に必要な人数（野球9名・サッカー7名・バレー6名・バスケット5名・ソフトボール9名）とする。運動部の個人種目や文化部については、最少人数は1名とする。
- ③ 3年生が引退した後に部員が1人も残らない場合は、その部活動は一時休部扱いとする。その場合、年度途中で新入部員が入れば活動を再開することを認める。年度末までに部員が1人もいない場合も、次年度の新入生に対しての募集は行うが、そこでも入部する生徒が1人もいなければ、その部を正式に廃部する。

7 その他

(1) 部活動以外の団体，個人競技の大会出場に関して

原則として教員が引率，役員，監督などとして参加可能であるかを検討し校長の最終判断で決定する。ただし，保護者等の引率だけで参加が可能な大会は，本校の教育活動に支障がない範囲内で参加を認める。

(2) 移動について

① 部員の移動については，原則として公共交通機関を利用することとする。

※ 公共交通機関が困難な場合は，貸切バス等事業者へ依頼することを検討する。

※ 上記が困難な場合には，保護者の共通理解と了解を得ることを前提として，保護者への協力を求めてもよいこととする。

② 休日の活動日でも自転車登校や会場への自転車移動は禁止とする。

(3) 飲料水に関するきまりについて

休日の部活動時の飲料は，水やお茶やスポーツドリンク等とする。また，登下校時や練習会場，試合会場等への移動中には飲まないこと。自宅に帰るまで寄り道や買い食いほしないこと。