

令和 8 年度 部活動に係る活動方針

白山市立鶴来中学校

本方針策定の趣旨等

○本方針は、本校における部活動を対象とし、

- ・知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む「日本型学校教育」の意義を踏まえ、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること
 - ・生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組むこと
 - ・学校全体として部活動の指導・運営に係る体制を構築すること
- を目指すものであり、学校における部活動に関係する全ての者に、本方針を十分に踏まえた適切な対応を求めるものである。

1 部活動の活動計画等の作成

部顧問は、上記の活動方針及び活動計画等を当該部の生徒・保護者へ情報提供する。

2 適切な指導の実施

- (1) 部顧問は、部活動の実施に当たっては、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）、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) 部顧問は、生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習が生徒の心身に負担を与えること等を正しく理解するとともに、生涯を通じて活動を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、それぞれの目標を達成できるよう、効率的・効果的な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養護教諭等と連携・協力し、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。
- (3) 部顧問は、各団体が作成する指導手引等を活用して、適切な指導を行う。

3 適切な休養日等の設定

部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事・休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、以下を基準とする。

令和 8 年度 3 年生大会引退後より

ア 休養日は、大会前を除き、原則、平日 2 日と土曜日・日曜日とする。

朝練習は原則行わない。

イ 大会参加や大会前等で、やむを得ず休養日を土曜日、日曜日ともに設定できない場合は、事前に活動計画等により学校長の承認を得て、翌週の平日に代替の休養日を設ける。ただし、土曜日、日曜日、祝日又は振替休日において年間 5 2 日以上 of 休養日を設定する。（前述の代替の休養日はこれに含まない）

なお、中体連・中文連等が主催又は共催する大会に出場した際に土曜日、日曜日の両日に活動した場合については、年間で設定すべき 5 2 日以上の日数から減ずることを認める。

ウ 通常練習（練習試合等は含まない）における 1 日の活動時間は、平日は長くとも 2 時間程度、学校の休業日は長くとも 3 時間程度とする。

エ 長期休業中等を利用して、まとまった長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。