

## 「成長期の生徒を守るため・教員の働き方を変えるため」の部活動等の在り方改善

沖縄県立北山高等学校

学校の設置者は、平成 30 年 12 月県教育委員会「設置する学校に係る運動部活動の方針(通達)」等に則り、毎年度、「学校の運動・文化部活動に係る活動方針」を今年度以内に策定し、平成 31 年 4 月より公表することとなりました。

### ◎運動・文化部顧問が行うこととは

- 1 年間活動計画の周知(活動日、休養日及び参加予定大会日程等)
- 2 毎月の活動計画及び活動実績の周知(活動日時における練習メニュー、場所、安全な活動留意点、休養日及び大会参加日程)

### ◎校長が行うこととは

活動方針及び上記活動計画を学校ホームページへの掲載等により公表する

## <適切な部活動を運営するための活動方針>

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

### 適切な指導の実施について

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。また、スポーツ医・科学の見地から、トレーニング効果を得るために休養を適切にとることが必要である。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必要がある。生徒の体力向上や、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、生徒との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、休養を適切にとりつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

スポーツ庁及び県教育委員会の「運動部活動等の在り方に関する方針」

**休養日**：平日少なくとも1日、週末は少なくとも1日以上を休養日とする。ただし、週末に大会等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。

**活動時間**：1日の活動時間は、長くとも平日で※1～2時間程度、週末や休業日は※2～3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動の工夫を行う。長時間にわたる場合は適時休憩をとる。※1日の活動時間は小中学校に準じたもの

---

### 北山高等学校方針

#### 【本校内規における部活動に関する規定】

①活動時間は 19:15 までとする。(19:30 完全下校)

上記時間外に残る者は、係教師を経て学校長の許可を受けなければならない。

②考査期間中の部活動

原則として考査一週間前から考査期間中は活動停止する。ただし、考査最終日から 1 週間以内に大会のある部は、顧問の活動申請により 1 時間程度の活動を認める。なお、活動時間については 18:30 までに完全に終了するものとする。

#### 【適切な休養日等の設定について】

高校期の部活動においても、ジュニア期延長を踏まえ、心身の育成を示した県教育委員会からの「方針」を原則として適用しますが、本校の実態は多様な活動が行われ、文化系、体育系、競技種目によって様々な活動形態等が考えられます。また、保護者、県民、地域の期待等も踏まえながら、保護者、関係機関との連携を行い部活動の適切な運営体制整備に向けて取り組めます。活動については、平日1日、週末1日の休養日を原則とするが、各々のスポーツや文化系の知識技術習得のために、顧問は生徒の健康面を考慮しながら科学的に練習内容の工夫や休養日を設けるものとする。連続した活動日が続く際は、隔週での休養や身体的疲労がないか生徒観察や声かけを行い、健康面に十分に配慮し、保護者、関係者との連携を密にする。