

部活動ガイドラインの策定

磐田農業高等学校

1 適切な部活動の実施【活動時間・休養日・活動計画】

本校において、部活動の「意義と役割」、「活動状況と課題」及び「本校が目指す運動・文化部活動」の基準や具体的な対応等について示し「部活動の方針」を以下の通りまとめました。

高等学校段階の運動部・文化活動についても中学校教育の基礎の上に多様な教育が行われていることを留意し、その運用については下記留意点等を参考に対応していきます。

【◎磐田農業高等学校における部活動の休養日の設定及び活動時間】

部活動の休養日の設定及び活動時間については、「本県が目指す部活動」、または文部科学省が示す「部活動ガイドライン」及び「部活動顧問アンケート調査結果」、公益財団法人日本体育協会が示す「スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間について」を参考に活動の基準を設定します。

休 養 日：平日は少なくとも1日、週休日（学校の休業日）は少なくとも1日以上を
休養日とする。

1日の活動時間：活動時間は平日では長くとも3時間程度、週休日（学校の休業日）は
4時間程度とします。

- （1）活動の基準は日常の運動部活動の休養日や活動時間の目安を示したものであり、できる限り短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動となるように配慮します。
- （2）活動日数や時間は、各学校や地域の状況により柔軟な対応をし、活動日数や時間を変更する場合には、あらかじめ計画的にそれぞれの週または月などの一定の期間内に調整を行います。
- （3）試合期や長期休業中など、まとまった練習等の時間が必要となる場合には、それを妨げるものではありませんが、超過した活動日数や時間については休養日や時間を他の日に振り替え、適切に保護者や生徒等に示すよう留意します。
- （4）長期休業中やテスト期間、シーズンオン・オフ等の期間を活用し、生徒がまとまった休養が取れるよう計画を立てる上で配慮していきます。

【年間100日の休養日を各部活動で計画の中に組み込むこととします。】

2 スポーツ医・科学の観点から見た活動時間及び指導の留意点

- (1) スポーツ医科学の観点からスポーツ活動時間が長いほどスポーツ外傷・障害の発生率が高く、特に16 時間／週以上でより高くなること、少なくとも週に1、2 日は運動部活動の休養日を設けることを推進してまいります。
- (2) 適正な質と量のトレーニングを行い、筋力・持久力ともに向上を目指し、動きの基礎が大きく発展する時期でありますので、専門的なトレーニングの導入とともに、運動強度を管理し、特に高等学校進学直後は急激なトレーニング量の変化に注意をしながら進めてまいります。

3 学校における部活動方針の明確化

部活動はその内容についても学校や顧問、生徒の共通理解の下で実施されるものであり、勝つことのみを目指す偏った指導や、保護者や生徒からの期待を部活動顧問が一人で背負い、それが部活動顧問にとって過剰な負担となることを避けることは必至です。

そこで、本校において、学校の教育目標や部活動のルールを明確化し、部活動顧問が日頃の活動に反映できるように指導するとともに、生徒や保護者に対してその内容を示すことにより、部活動選択時に活動に対してのミスマッチを防止し、生徒や保護者、地域の理解を得る事を推進します。

更に、本校において生徒数や教員数等の状況を踏まえ、できる限り一つの部活動に複数の顧問を配置するなど、指導の中心となる主（正）顧問を支援する体制を推進します。設置部活動数を踏まえ、副顧問に対して一部の指導・管理業務等の分担を依頼し、部活動顧問への負担を軽減させるための配慮をします。

部活動の活動計画を生徒や保護者に対して、情報提供し、開かれた部活動指導を展開していくこととします。