

# 長崎市立長崎中学校 部活動（運動部・文化部）の活動方針

## 適切な部活動を目指して

部活動は、学校教育の一環としておこなわれるものであり、異年齢との交流の中で、児童生徒同士、児童生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、生徒自身が活動を通して、自己肯定感を高めたりするなど、その教育的意義は大きい。活動においては、児童生徒が自主的、自発的な参加となるように、実施形態などを工夫するとともに、休養日や活動時間を適切に設定するなど児童生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することが必要である。

### スポーツ医・科学的見地から

ジュニア期におけるスポーツ活動時間について、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること」さらに「適当な活動時間の上限は16時間未満とすること」が望ましい。（公益財団法人 日本スポーツ協会）

### バランスのとれた活動

活動においては、児童生徒に、自主的、自発的に参加できるよう、実施形態などを工夫するとともに、休養日や活動時間を適切に設定するなど児童生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することが必要。

### スポーツ庁

運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

### 文化庁

文化部活動の在り方に関する総合的なガイドラインH31.1

## 長崎県教育委員会

長崎県運動部活動の在り方に関するガイドライン

長崎県文化部活動の在り方に関するガイドラインH31.8以降

## 長崎市教育委員会

課外クラブ（部活動）指導の手引き（長崎市版ガイドライン） 運動部活動概要版・文化部活動概要版

「ねばり強くたくましい 心豊かな長崎っ子を育む望ましい課外クラブ（部活動）をめざして」

ア児童生徒の個性の尊重と適切な課外クラブ（部活動）の運営

イ児童生徒のバランスのとれた生活の確保

ウ地域や保護者に関われた課外クラブ（部活動）の運営

### 部活動に係る地域の実情等

【児童生徒や保護者、地域の実情】

運動部7部、文化部2部の設置ではあるが、生徒数の減少及び部員数の偏りにより十分な活動ができていない部がある。例年、入部率は85%程度。5部には外部指導者を配置して技術的な専門指導をお願いしている。保護者は部活動へ理解を示し協力的であり、対外試合等では多くの保護者が応援や試合等のサポートをしてくれる。学校の取組として、一部一役で地域行事へ協力する体制をとっており、地域に愛される部活動を目指している。このことから、地域住民の学校部活動への関心も高い。

【施設等の使用状況】

体育館は、男子バスケットボール・バドミントン男女・女子バレーボールが使用。  
テニスコートはなく。運動場をソフトテニス部と兼用して使用。さらに、陸上部の練習を割り当てている。  
文化部である音楽部は、音楽室等の校内での活動が主である。また、美術部も美術室を利用し活動している。  
体育施設の夜間解放が多く、部外者の大人の使用も頻繁に行われている。

### 本校の活動方針

【部活動のねらい】

学校活動における課外活動をとおして、生徒の体育・文化活動を促進し、体力の増進、社会性の向上や豊かな情操を培い、中学生としての健全な心身の発達を図る。

【休養日及び活動時間】

・1日の活動時間は、長くとも平日は2時間程度、学校の休業日は3時間程度とする。  
部の実情、大会参加等によって活動時間が長くなるような場合は、翌週に休養日を加える。  
朝練習は、中体連の主催大会（中総体・新人大会）に限って、大会1週間前から認める。

| 平 | 4/1～9/10  | 9/11～10/10 | 10/11～11/10 | 11/11～1/20 | 1/21～2/20 | 2/21～3/31 |
|---|-----------|------------|-------------|------------|-----------|-----------|
| 日 | 18:45完全下校 | 18:30完全下校  | 18:00完全下校   | 17:30完全下校  | 17:45完全下校 | 18:15完全下校 |

・学期中は適当に2日以上休養日（平日1日、土・日1日）、家庭の日（第3日曜日）はノー部活動デーとする。土・日や家庭の日には大会参加等で活動する場合は、翌週に休養日を設定する。

・長期休業日は学期中に準じた扱いを行うとともに、夏の学校閉庁期間と冬の年末年始休等の学校閉庁日を中心に休養期間（オフシーズン）を設ける。

・市中総体後及び文化の日前後の1週間、建国記念日前後の1週間は練習を中止する。  
1週間以内は大会やコンクールを控えている場合は、1時間程度の練習を認める。  
ただし、練習試合や校外での練習は控える。事前に職員会議等で承認を得る。

※ 10月と1月の完全下校時間については日没を考慮し、下校をさせる。

【活動計画立案（大会参加の目安を含む）及び提出と公開】

参加する大会数は、9大会を上限とする。ただし、同一大会の上位大会（県・九州・全国）は1つと数える。年度当初に、各部活動の年間活動計画を作成し、課外クラブ振興会及び保護者等に周知する。

【研修参加及び情報の共有、保護者や外部指導者との連携】

部活動に係る指導方法やスポーツ障害等の各種研修会等について、部活動担当者より顧問教師を通して外部指導者へも周知を図る。また、各部の保護者会を顧問・保護者・外部指導者同席で開催し、活動方針等を十分に共通理解した上で円滑な組織運営を図る。

【熱中症等の事故防止について】

・気温35℃（WBGT31℃）以上では、運動は原則中止しミーティング等に切り替える。  
・熱中症計を活用し、活動場所や活動内容を工夫したり、水分補給や換気にも留意する。  
・体調不良者が出た場合には応急処置を施す。（研修会を部活動加入者全員受講する）

【児童生徒のニーズを踏まえた運動部設置の検討】

部活動の意義をふまえ、自主的で計画的な活動の見通しがあり、充実した活動が継続してできると判断されること。大会への参加人数が複数年連続で満たし、その種目に精通した教師（指導者）がおり開設を強く希望する場合。ただし、現状では生徒数の減少により、既存の部活動において充実した活動ができない人数となっているため、再編については慎重に検討する。