

令和7年度 外海中学校 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「週当たりの活動時間の上限は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。

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

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

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った課外クラブ（部活動）の運営

※詳しくは、長崎市課外クラブ（部活動）ガイドライン

各学校

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】

本校には、卓球部、女子バレーボール部、サッカー部を設置している。また、本校の部活動に参加している生徒の保護者並びに本校職員で、趣旨に賛同するものをもって「長崎市立外海中学校部活動振興会」を組織し、部活動を推進し、中学生として健全な心身の発達を図るとともに、健全な社会人としての育成に寄与することを目的として活動している。

【施設等の使用状況】

サッカー部がグラウンドにて活動している。また、女子バレーボール部、卓球部は体育館にて活動している。

本 校 の 活 動 方 針

【部活動のねらい】

生徒が生涯にわたってスポーツや文化、科学に親しみ、社会の中でよりよく、豊かに生きるための資質・能力の基盤を育むことを目的とする。したがって、体力や技能の向上をめざすことのみ偏ることなく、適切な指導や支援によって、仲間と協力したり、切磋琢磨したり、生徒一人一人が充実感や達成感を味わうことができるようにする。

【休養日及び活動時間】

1. 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。
2. 期末テスト前は1週間、実力テスト前は3日間中止する。
3. 毎週月曜日と日曜日は休養日として設定する。長期休業中は、さらに長期休養（オフシーズン）を設ける。

【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、7大会を上限とする。ただし、県大会・九州大会・全国大会等、同一大会の上位大会は1つと数える。毎年度当初に、各部の年間活動計画を長崎市教育委員会に提出し、生徒と保護者等に配布するとともに、学校ホームページに公開する。

【研修参加及び情報の共有、保護者や外部指導者との連携】

長崎市主催の課外クラブ指導者講習会等への参加により研修を行う。また、部活動振興会総会等を開催し、情報交換等を行う等、情報の共有と連携を図る。

【熱中症等の事故防止について】

1日の活動時間は、長くとも平日は2時間程度、休業日は3時間程度とし、合理的でかつ効率的・効果的な活動を推進すること、ウォーミングアップとクーリングダウンを確実に行うこと等により事故防止に努める。また、活動場所の暑さ指数（WBGT）が28.0以上の場合は、運動は中止し、ミーティング等を行う際は、水分をこまめにとり適宜休憩する等、健康管理に十分に留意する。暑さ指数（WBGT）が28.0以上の場合は、激しい運動は避け、水分をこまめにとり適宜休憩する等、健康管理に十分に留意し、熱中症予防に努める。

【児童生徒のニーズを踏まえた運動部設置の検討】

部活動の意義を踏まえ、自主的で計画的な活動の見通しがあり、今後も継続して充実した活動ができると判断されるものについて、活動に必要な人数が集まること、顧問教師及び民間指導者の確保がなされるものについて設置を検討する。現在の部活動数は、生徒数の減少とそれに伴う顧問教師の減少、民間指導者の不足に見合わない設置数になっており、今後、部活動の再編について慎重に検討する必要がある。