

茨城県立茨城東高等学校の部活動に係る活動方針

1 適切な休養を確保するための活動時間の管理

(1) 適切な休養日等の設定

ア 活動時間の上限の遵守

- 1日の活動時間は、平日2時間、休日4時間、週合計12時間を上限とする。
- 上記の範囲内で、可能な限り短時間に、合理的でかつ効率的な活動となるよう活動時間（準備、片付け、移動時間を含まない。）を設定する。
- 休日に練習試合、大会等により1日の活動時間の上限を超えて活動した場合、他の休日に休養日を振替える。
- 長期休業中においても、上記の活動時間を設定する。

イ 朝の活動の禁止

- 原則、朝の活動は実施せず、放課後の限られた時間で活動する。

ウ 休養日の設定

- 週当たり原則2日（平日・休日各1日）以上を休養日とする。また、週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の休日に振り替える。
但し、公式大会前（2週間前）に限り、コンディション調整を目的とした練習を生徒が希望する場合には、休養日を週1日にすることができる。
- 長期休業中においても、上記のとおり休養日を設定するとともに、1週間以上の連続した長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

エ 休養の必要性の啓発

- 運動等の強度や活動時間などに応じて、休養が不足しないよう綿密な計画を月単位で立案する。

(2) 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 大会参加数の精選

校長は、活動時間の上限を遵守するとともに振替休養等を徹底することにより、茨城県高等学校体育連盟等が定める参加する大会数の上限の目安等を超えることがないように、参加する大会等を精選する。

2 適切な運営のための体制整備

(1) 望ましい運営体制の構築

ア 生徒による主体的な企画・運営の導入

- 部活動は、生徒の自主的・自発的な参加による活動であるため、部活動の企画・運営が、生徒による主体的なものとなるよう、可能な限り、生徒が自ら活動計画等を立案し、運営・検証し、顧問に技術指導を求めるなどの運営体制を構築する。

イ 費用負担、部活動の位置づけ見直し

- 校長は、部活動に係る費用の徴収方法や後援会費、生徒会費の拠出の在り方について保護者に説明し理解を得る。

ウ 部顧問の委嘱

- 校長は、可能な限り部活動加入生徒の充実した活動ができるよう体制づくりに配慮する。
- 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等とおし、各部の活動状況の把握に努め、生徒の安心・安全の配慮と生徒及び顧問に過度な負担が生じないよう、必要な支援と是正指導を行う。

(2) 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

ア 部顧問対象研修の設定

- 競技・指導経験がない部顧問に対し、資質向上を期して必要な研修の機会を設けるとともに、教育委員会や各種団体等が行う部顧問対象の研修、部活動指導員の募集・研修等に協力する

イ リスクマネジメントのための専門的指導力を高める取組

- 運動部顧問は、科学的な見地に基づき最大のトレーニング効果を得るため、計画的な休養日を設定するとともに、成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を習得し、生徒に寄り添った適切な指導を行う。
- 部活動顧問は、生徒が生涯にわたって文化・芸術・科学等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とり、個々の目標の達成に向けて適切な指導を行う。

ウ 熱中症の予防

- 生徒の生活や健康に留意し、熱中症事故の防止等の安全確保の徹底及び環境条件に配慮して適切な対応を行う。

エ 事故、体罰、ハラスメントの予防

- 生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・暴力・いじめ・暴言・ハラスメントの根絶を徹底する。

(3) 方針・計画・実績の公表と検証

ア 方針等の策定

- 「県運営方針」に則り、毎年度、「学校方針」を策定し、年間計画、毎月の活動計画に加え活動実績についてもホームページで公表する。

イ 活動状況の検証とフォローアップ

- 校長は、毎月の動計画・活動実績により、各部活動の活動状況を把握し、適切な運用を徹底する。

3 生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

ア 多様な志向への対応例

- 活動日数や活動時間を不断に見直し、生徒が希望すれば、特定の種目等だけでなく、地域での活動も含めて様々な活動を同時に経験できるようにする。

(2) 地域移行の推進

ア 段階的な地域移行

- 令和8年度末を目途に、休日に部活動指導を行う教員がゼロとなることを目指す。

イ 部活動時間の縮減等

- 必要に応じて、生徒が部活動以外の様々な活動にも参加できるよう対策を講じる。

ウ 地域移行と地域クラブ活動の環境整備への協力

- 地域クラブ活動や指導者の資質向上に係る研修等の取組をはじめ、地域のスポーツ・文化芸術活動関係団体が主催する事業に、可能な範囲で協力する。

4 学校の働き方改革を踏まえた運営体制の構築

(1) 複数顧問制の推進等

ア 部活動数の精選と複数顧問制の推進

- 部活動数の精選・適正化を進め、生徒の安全を確保した上で、複数顧問交代により単独で指導する原則を徹底する。

イ 部活動指導員の活用

- 教員を複数配置できない場合は、部活動指導員の活用や拠点校・合同部活動等を推進する。

ウ 休養日の振替の徹底

- 休日に練習試合や大会等で活動した場合、休養日を他の休日に振替える。
- 休日に大会等への参加により連続して活動した場合、休養日を他の休日に振替える。
- 校長の判断により、公式大会を控えた2週間前からの休日に連続して活動を行う特例の場合、複数顧問交代による単独指導を徹底した上で、大会後の休日に休養日を振替える。