

附属長岡中学校部活動（クラブ活動）ガイドライン

1 基本方針望ましい人間形成の育成

- (1) 生徒がスポーツ・文化的活動等を親しむことで、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツ・文化ライフを実現するための資質・能力の育成を図る。
- (2) 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との連携を図り、効果的に取り組む。
- (3) 生徒の心身の発育、健全な成長を促すために科学的根拠に基づき指導を行う。心身の成長過程にある生徒にとって、過度な負担とならないよう適切な活動日数や時間を定め、計画的に活動を実施する。

2 適切な休養日や活動時間の設定について

【活動時間の設定】

- 1日の活動時間は平日2時間程度、休業日3時間程度とする。
→運動を週16時間以上するとけがのリスクが高まる。（「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について」（平成29年12月18日公益財団法人日本体育協会））
- できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。
*大会や練習試合等においては、活動時間が3時間以上になることがあるが、その後に休養日を設けるなど、学校生活等に支障が出ないように配慮する。

【休養日の設定】

- 基本的に週休日及び祝日等は休日とする。ただし、運動部の中体連大会、ならびに吹奏楽部のコンクール3週間前から、午後6時までクラブ活動（校地内）を行うことができる。ただし、部活動の時間と合わせて2時間を超えないようにする。
- 週当たり2日以上の休養日（平日1日以上、週休日等1日以上）を設けることを原則とし、年間で100日以上の休養日を設け、少なくとも週休日等に50日以上を充てる。
- 長期休業中の平日は、校地内におけるクラブ活動は行わない。
- 長期休業中は、ある程度長期の休養期間を設ける。

3 事故防止

- 顧問は日頃から生徒の健康状態や体力・技術の習得状況を把握し、熱中症予防の対策や施設設備・用具の安全管理を行い、事故防止に努める。

4 体罰などの禁止

- 顧問はいかなる理由があっても、体罰は許されないという強い自覚と使命感をもち、生徒の指導にあたる。

5 保護者との連携

- 年度始めに保護者会において、部活動方針、活動計画、練習内容、活動時間、休養日を明確にし、保護者に示します。

【参考】

- 「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年3月スポーツ庁）
- 「新潟県部活動の在り方に係る針」（平成30年5月新潟県教育委員会）
- 「長岡市中学校部活動基本方針」（平成30年10月長岡市教育委員会）