

瓊浦高等学校 運動部活動に係る活動方針

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)

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

学校法人 瓊浦学園

学校法人瓊浦学園 運動部活動の在り方に関するガイドライン



- ・「生徒のバランスのとれた生活と成長の確保」「スポーツ障害の予防」のほか、スポーツ医・科学的な必要性や生徒の発育・発達過程で最高のパフォーマンスの発揮や本人のやる気・意欲の向上のためにも、競技や種目の特性を踏まえつつ、運動部活動において適切な休養日及び活動時間を設定すること。
- ・生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること。
- ・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関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組むこと。
- ・学校全体として運動部活動の指導・運営に係る体制を構築すること。



運動部活動に係る学校の実情等

【生徒や保護者、地域の実情】

県外からの特別奨学生が多数在籍しており、生徒の意識も高く、保護者からの期待も大きい。

【施設等の使用状況】

一部の部活動で校外の施設を使用している。

【強化指定等】

長崎県強化指定に準じて設定している。但し、個人種目に関しては学校独自で設定する。

本校の活動方針

【部活動のねらい】

部活動を通して、豊かな人間性や社会性を育成する。また、スポーツの専門的スキルや知識を身に付け、生涯にわたってスポーツに親しむ能力や態度を育てるとともに、体力の向上と健康の増進を図る。

【休養日及び活動時間】

競技や各種目の特性を踏まえつつ、各部活動において適切な休養日及び活動時間を次のように設定する。

- ・週1回の休業日を設定する。曜日は各部で設定する。
- ・原則として月1回以上は週末を休養日とする。それに加えて半日練習を実施し、休養できる時間を確保する。
- ・夏季休業日と冬季休業日を合わせて10日程度の休養日を設定する
- ・平日の活動時間を3時間程度とする。
- ・原則として休業日の活動時間を4時間程度とする。但し、大会や練習試合については、各個人の主たる活動状況(時間)を把握し、怪我やバーンアウトすることがないようにする。

【活動計画立案(大会参加の目安を含む)及び提出と公開】

各部がチームとして目標設定を行い、月間計画表及び年間計画表を作成して、部員・保護者と共用する。

【研修参加及び情報の共有、保護者や外部指導者との連携】

校内において部活動顧問会を開催して、各部の現状把握と情報交換を行いながら全体のレベルアップを図る。また、保護者会を開催して保護者との連携を密にしていく。

【熱中症等の事故防止について】

年度当初に研修会を開催して、熱中症や応急手当について学習して事故防止に努めていく。また、各活動場所に熱中症や応急手当のポスター掲示や湿度計の設置を図る。特に気温や熱中症指数が高くなると予想される期間については、熱中症指数計を用い、各活動場所の計測を行う。

【生徒のニーズを踏まえた運動部設置の検討】

生徒総会等で検討し、活動場所、活動状況を踏まえた上で精査していく。