

# 立川市立立川第三中学校の学校部活動に係る活動方針

## 本方針策定の趣旨等

- 本方針は、スポーツ庁及び文化庁の「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン（令和4年12月）」と、東京都の「学校部活動及び地域クラブ活動に関する総合的なガイドライン（令和5年3月）」、立川市の「立川市立中学校に係る学校部活動の方針（令和6年3月）」に則り策定したものであり、本方針に基づき、以下の点に重視して持続可能な学校部活動の在り方について検討し、速やかに改善に取り組む。なお、本方針は毎年度策定する。

## 1 適切な運営のための体制整備

### (1) 学校部活動に係る方針及び年間活動計画・毎月の活動計画及び活動実績の公表等

- ア 本方針に基づき、部活動顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し、校長に提出する。
- イ 校長は、上記アの活動方針及び活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。

### (2) 指導・運営に係る体制の構築

- ア 校長は、教員だけでなく、部活動指導員や外部指導員など適切な指導者を確保していくことを基本とし、生徒や教員の数、部活動指導員等の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全確保、教員の長時間勤務の解消等の観点から円滑に部活動を実施できるよう、適正な数の部活動を設置する。
- イ 校長は、教員を部活動顧問に決定する際は、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教員の他の校務分掌や本人の抱える事情、部活動指導員等の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌になるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。
- ウ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ・文化芸術活動を行い、教員の負担が過度とならないよう、持続可能な運営体制が整えられているか等について、適宜、指導・是正を行う。
- エ 立川市教育委員会及び校長は、部活動顧問を対象とするスポーツ・文化芸術活動の指導に係る知識及び実技の質の向上を図るための研修等の取組を行う。
- オ 立川市教育委員会及び校長は、教員の部活動への関与について、法令や「公立学校の教育職員の業務量の適切な管理その他教育職員のサービスを監督する教育委員会が教育職員の健康及び福祉の確保を図るために講ずべき措置に関する指針」（令和2年文部科学省告示第1号）に基づき、業務改善及び勤務時間管理等を行う。
- カ 立川市教育委員会及び校長は、各学校の生徒や教員の数、部活動指導員や外部指導員の配置状況や校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員等を計画的に学校に配置する。また、教員ではなく部活動指導員が

指導や大会等の引率を担うことで、必ずしも教員が直接休日の指導や大会等の引率に従事しない体制の構築を図る。

## 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

### (1) 適切な指導の実施

ア 校長、部活動顧問、部活動指導員及び外部指導員は、部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害・外傷の予防や文化部活動中の障害・外傷の予防、バランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）を徹底し、体罰・ハラスメントを根絶する。

特に、運動部活動においては、スポーツ庁及び文化庁の「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン（令和4年12月）」に則った指導を行う。立川市教育委員会は、学校におけるこれらの取組が徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行う。

イ 運動部活動の顧問、部活動指導員及び外部指導員は、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解するとともに、競技種目の特性等を踏まえた効率的・効果的なトレーニングの積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

ウ 文化部活動の顧問、部活動指導員及び外部指導員は、生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から、休養等を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うこと等をただし理解し、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的な練習・活動の積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

エ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導員は、生徒の運動・文化芸術等の能力向上や、生涯を通じてスポーツ・文化芸術等に親しむ基礎を培うとともに、生徒がバーンアウトすることなく、技能の向上や大会等での好成績等それぞれの目標を達成できるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図った上で指導を行う。その際、専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や女子の成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

### (2) 部活動用指導手引の活用

部活動顧問、部活動指導員及び外部指導員は、部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のために、中央競技団体又は学校部活動に関わる各分野の関係団体等が作成した指導手引を活用して、2(1)に基づく指導を行う。

## 3 適切な休養日の設定

ア 運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、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時間に関する研究も踏まえ、以下を基準とする。

#### 【休養日】

- 1 学期中は、週当たり2日以上の休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える。)
- 2 長期休業中の休養日の設定についても、「1」に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

#### 【活動時間】

1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、週休日（祝日等を含む。）及び長期休業中は3時間程度とし、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。

文化部活動における休養日及び活動時間についても、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、学校部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、同様とする。

イ 校長は、1(1)に掲げる「学校の部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、上記の基準を踏まえるとともに、立川市教育委員会が策定した方針に則り、各部活動の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。

ウ 休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、各部共通、学校全体、立川市共通の部活動休養日を設けることや、週間、月間、年間単位での活動頻度・時間の目安を定める。

## 4 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 校長は、学校の指導体制等に応じて、性別や障害の有無を問わず、技能等の向上や大会等で好成績を収めること以外にも、気軽に友達と楽しめる、適度な頻度で行える等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる環境を整備する。

具体的な例としては、運動部活動では、より多くの生徒の運動機会の創出が図られるよう、複数のスポーツや季節ごとに異なるスポーツを行う活動、競技・大会志向でなくレクリエーション志向で行う活動、体力づくりを目的とした活動、生徒が楽しく体を動かす習慣の形成に向けた動機付けとなる活動等が考えられる。

また、文化部活動では、体験教室などの活動等、障害の有無や年齢等に関わらず一緒に活動することができるアート活動、生涯を通じて文化芸術を愛好する環境を促進する活動等が考えられる。

イ 立川市教育委員会及び校長は、少子化に伴い、単一の学校では特定の分野の部活動を設けることができない場合や、部活動指導員や外部指導員が配置できず、指導を望む教員もいない場合には、生徒のスポーツ・文化芸術活動の機会が損なわれることがないように、当面、複数校の生徒が拠点校の部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。

ウ 校長は、運動、歌や楽器、絵を描くことなどが苦手な生徒や障害のある生徒が参加しやすいよう、スポーツ・文化芸術等に親しむことを重視し、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることや、過度な負担にならないよう活動時間を短くするなどの工夫や配慮をする。

エ 立川市教育委員会及び校長は、学校部活動は生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであるこ

とを踏まえ、生徒の意思に反して強制的に加入させることがないようにするとともに、その活動日数や活動時間を見直し、生徒が希望すれば、特定の種目・部門だけでなく、スポーツ・文化芸術や科学分野の活動や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配慮する。

## 5 学校部活動の地域連携

ア 立川市教育委員会及び校長は、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ・文化芸術団体等との連携により、保護者の理解と協力を得て、学校と地域が連携・協働した形での地域におけるスポーツ・文化芸術の環境整備を進める。

イ 立川市教育委員会及び校長は、学校部活動だけでなく、地域で実施されているスポーツ・文化芸術活動の内容等も生徒や保護者に周知するなど、生徒が興味関心に応じて自分にふさわしい活動を選べるようにする。

## 6 設置している部活動名

### ア 運動部活動

・バスケットボール部   ・ソフトテニス部   ・陸上部   ・野球部   ・卓球部   ・バレーボール部 ・サッカー部
---

### イ 文化部活動

・美術部   ・吹奏楽部   ・数学部   ・体験部
----------------------------