

北海道札幌あいの里高等支援学校

部活動に係る活動方針

1 方針策定の趣旨等

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動は、スポーツや文化、科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意する必要がある。

北海道札幌あいの里高等支援学校(以下「本校」という。)の部活動においては、生徒同士や教師と生徒等との好ましい人間関係の構築を図るとともに、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、生徒が多様な学びや経験をする場として、教育的意義が高い活動であり、生徒の生きる力を育成し、潤いのある豊かな学校生活を実現する教育活動の一環として位置付けられるものである。

部活動を実施する上では、生徒の学校生活等への影響を考慮した休養日や活動時間を設定し、けがの防止や心身のリフレッシュを図るほか、部活動だけではなく、多様な人々と触れ合い、様々な体験を充実させるなど、生徒のバランスのとれた生活や心身の成長に配慮する必要がある。

また、教師が、健康でいきいきとやりがいをもって勤務しながら、学校教育の質を高められる環境を構築するためには、教師の部活動指導における負担が過度にならないよう配慮し、部活動が持続可能なものとなるよう、合理的でかつ効率的・効果的に行われる必要がある。

こうしたことから、本校では、「道立学校に係る部活動の方針」に則り、「北海道札幌あいの里高等支援学校の部活動に係る活動方針」(以下「本方針」という。)を策定した。

2 教育活動への位置付け

高等学校学習指導要領では、第1章総則第5款教育課程の編成・実施に当たって配慮すべき事項、5 教育課程の実施等に当たって配慮すべき事項において「(13) 生徒の自主的・自発的に参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うようにすること。」と示されており、本校においても適切に実施するものとする。

3 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進

(1) 運動部活動における適切な指導の実施

- ・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。

- ・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こと。
- ・生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図ること。
- ・生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行うこと。
- ・専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や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こと。

(2) 文化部活動における適切な指導の実施

- ・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を適切に取ることが必要であること。
- ・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正しく理解すること。
- ・生徒の芸術文化等の能力向上や、生涯を通じて芸術文化等の活動に親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図ること。
- ・生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会、コンクール、コンテスト、発表会等でのそれぞれの目標を達成できるよう、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングや活動の積極的な導入等により、休養を適切に取り、短時間で効果が得られる指導を行うこと。
- ・専門的知見を有する教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や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こと。

4 地域との連携等

学校や地域の実態に応じて、地域の人々の協力、社会教育施設や文化施設の活用、地域の関係団体、地域の学校等との連携、保護者の理解と協力、民間事業者の活用等による、学校と地域が共に子供を育てるという視点に立った、学校と地域が協働・融合した形での地域における持続可能なスポーツ・芸術文化等の活動のための環境整備を進める。

また、スポーツ・芸術文化等の活動に興味と関心をもつ同好の生徒が、学級内とは異なる人間関係を形成したりする等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができるよう必要に応じて検討する。

5 適切な活動時間及び休養日等の設定

- (1) 部活動における活動時間及び休養日等については、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等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、以下を基準とする。
 - ・学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける(平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日(以下「週末」という。))は少なくとも1日以上を休養日とする。週末又は祝日

に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。)

- ・学校閉庁日は休養日とし、休養日の設定に当たって、道民家庭の日(毎月第3日曜日)は、可能な限り休養日とするよう努める。
- ・休養日には学校で行う朝練習や自主練習も行わない。大会、試合、コンクール、コンテスト、発表会等(以下「大会等」という。)の前で、やむを得ず活動を行う場合は、代替の休養日を設ける。
- ・長期休業中の休養日の設定は、学期中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。
- ・1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日(学期中の週末を含む。)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。
- ・休業日の活動時間は、大会等への出場、練習試合、合宿を行う場合や、高体連、高野連、高文連等が主催する大会等の日の前日から起算して1か月以内の期間の場合は、下記の活動時間の上限の範囲内での活動を行うことができる。ただし、こうした取扱いをした場合であっても、成長期にある生徒のバランスのとれた生活や、部活動指導に関する教師の負担軽減に十分留意する。なお、気象庁の高温注意情報が発せられた当該地域・時間帯は、原則として活動を行わない。

(2) 上記の基準を基本とするが、活動時間や休養日等を弾力的に設定する

高等学校段階においては、各学校において中学校 教育の基礎の上に多様な教育が行われていることや次の点に留意しことも可とする。高等学校段階においては、中学校段階に比べて、

- 生徒の発達段階及び技術の習得状況に差が出てくること。
- 生徒自身の興味・関心に応じて、生徒による自主的・自発的な活動が多様化していくこと。
- スポーツや文化、科学等の部活動と密接に関わる分野への進路希望を有する生徒もいること。

ただし、弾力的に休養日等を設定する際には、校長からの申出があった部活動が、道教委が別に定める要件に当てはまる場合に、下記ウの休養日の下限及び活動時間の上限の範囲内での活動を行うことができるものとし、学校全体として、持続可能な部活動の運営体制の構築を図る。その際、当該部活動の活動計画及び活動実績を道教委に提出する。

(3) 原則(休養日～週2日以上(平日1日以上・週末1日以上)、活動時間～平日2時間程度・休業日3時間程度)の特例(大会等の日の前日から起算して1か月以内の期間の場合)及び高等学校段階における弾力的な休養日等の設定に当たっては、成長期にある生徒のバランスのとれた生活や、部活動指導に関する教師の負担軽減の観点から、部活動の活動時間及び休養日並びに休養日の下限及び活動時間の上限は、次のとおりとする。

① 部活動の活動日及び活動時間

- ・活動日は平日、週1～3日、原則火曜日・木曜日とする
 - ・平日は2時間程度で終了すること（生徒の最終下校時刻を設定）
 - ・土曜日、日曜日、祝日及び長期休業期間中は、次の※1、※2に該当する場合を除き、半日程度で終了すること
 - ・部の活動は、指導する顧問がいること
 - ・活動日以外に活動するときは、実施1週間前までに届出を行い、校長の承認を得ると共に、全体に周知すること
- ※1 大会やコンクール等への出場、練習試合、合宿を行う場合
※2 高体連、高文連、高野連等が主催する大会、コンクール等の日の前日から起算して1か月以内の期間の場合

② 部活動休養日の実施

- ・毎週1日以上は、休養日を実施すること（年間52日以上）
 - ・月に1日以上は、土曜日・日曜日又は祝日に休養日を実施すること（年間12日以上）
 - ・学校閉庁日は部活動休養日とすること（夏季休業期間内3日、年末年始の休日6日）
 - ・上記を基本に1年の1/5以上の休養日を実施すること
 $365日 \times 1/5 = 73日$
週1日52日+月1日12+学校閉庁日9日=73日
- ※3 休養日には学校で行う朝練習や自主練習も行わないこと
※4 大会やコンクール等の前で、やむを得ず部活動を行う場合（※2）は、代替の休養日を実施する。

③ 休養日の下限及び活動日の上限

ア 休養日の下限

- ・学期中は、平日に週1日（年間52日）以上、週末又は祝日に月1日（年間12日）以上の休養日を設けるほか、学校閉庁日（年間9日）を休養日とし、年間73日以上を休養日とする。
- ・長期休業日中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行う。

イ 活動時間の上限

- ・1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は4時間程度とし、1週間の活動時間は、長くとも16時間程度とする。