

北海道札幌南陵高等学校における部活動の方針

令和8年4月2日

活動方針策定の趣旨等

- 本校は、学校教育目標等を踏まえ、「道立学校に係る部活動の方針」に則り、「北海道札幌南陵高等学校の部活動に係る活動方針」（以下「本方針」という。）を策定する。
- 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。
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・効果的に行うものとする。
- 本校は、本方針に則り、持続可能な部活動の在り方について検討し、速やかに改革に取り組む。
- 本方針は、本校における部活動が、地域、学校、競技種目、分野等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。
- 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から、部活動への参加を義務づけたり、活動を強制したりしない。

1 適切な運営のための体制整備

(1) 「部活動に係る相談・要望の窓口」の設置

校内に「部活動に係る相談・要望の窓口」を設置する。相談、要望は、郵便、ファクシミリ又は電子メールのいずれかにより下記の連絡先あてに提出することとする。

・連絡先：〒061-2292 札幌市南区藤野5条10丁目1番1号

FAX：011-591-2107

E-mail：sapporonanryou-z0@hokkaido-c.ed.jp

・担当：教頭・酒井 貞彦

(2) 年間の活動計画、毎月の活動計画及び活動実績の作成・提出

- 各部の責任者（以下「部活動顧問」という。）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。

- 部活動顧問は、毎月の活動計画にある活動の開始及び終了時間を遵守するとともに、計画を変更する場合は、あらかじめ校長の承認を得る。
- 部活動顧問は年間及び毎月の活動計画、活動全般及び大会出場等に要する経費等に係る資料(部活動通信等)を配布するなどして、「活動方針」とあわせて、保護者・生徒の理解を得るよう指導するとともに、生徒・保護者の負担が過度とならないよう指導する。

(3) 指導・運営に係る体制の構築

- 部活動を顧問任せにせず、学校全体に開かれたものとするよう、部活動の活動状況や生徒の状況等を交流する場(部活動顧問会議等)を定期的に設けることとする。
- 部活動指導員は、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の対応を適切に行う。また、生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないこと、服務(校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等)を遵守する。
- 学校全体で「学校における働き方改革『北海道アクション・プラン』」(平成30年3月28日北海道教育委員会決定)で示している、教育職員の時間外勤務等の縮減に向けた取組に努める。

2 合理的でかつ効率的・効果的な活動推進のための取組

校長及び部活動顧問は、部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化、気象条件や気温、湿度などの環境の変化に十分に注意するとともに、生徒の心身の健康管理(スポーツ障害外傷の予防や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)及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。これらの取組に当たって、学校保健安全法(昭和33年法律第56号)等も踏まえるよう留意する。

(1) 運動部活動における適切な指導

運動部顧問は、次のことを徹底する。

- 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。
- 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。
- 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。

- 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。
- 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て指導を行う。
- 活動場所で測定した暑さ指数（WBGT）が31度以上の場合は、原則として活動を行わない。

(2) 文化部活動における適切な指導

文化部顧問は、次のことを徹底する。外局も同様とする。

- 文化部顧問は、次のことを徹底するよう指導する。また、文化部顧問は、校長の指導を踏まえて生徒に対する指導を適切に行う。
- 生徒のバランスの取れた健全な成長の確保の観点から休養を適切に取る。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 活動場所で測定した暑さ指数（WBGT）が31度以上の場合は、原則として活動を行わない。

(3) 部活動用指導手引の活用

部活動顧問は、関係団体等が作成した指導手引を活用して、合理的でかつ効率的・効果的な指導を行う。

3 適切な休養日等の設定

部活動における休養日及び活動時間については、学校評議員やPTA等からの要望等を踏まえるとともに、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。

(1) 休養日の設定

- 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。)

また、学校閉庁日を設定する場合は、その期間を休養日とし、道民家庭の日(毎月第3日曜日)は可能な限り休業日とするよう努める。

なお、休業日には学校で行う朝練習や自主練習も行わない。

- 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とることができるとともに、部活動以外には多様な活動ができるようよう、ある程度長期の休業期間(オフシーズン)を設ける。

(2) 活動時間の設定

- 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、合理的でかつ効果的・効果的な活動を行う。

大会等の当日において、活動時間が3時間以上になる場合は、十分な休養をとることができるよう、その後の休養日や活動時間を設定する。

なお、活動場所で測定した暑さ指数(WBGT)が31度以上の場合は、原則として活動を行わない。

(3) 休養日の弾力的な設定

- 学期中は、平日に週1日以上、週末又は祝日に1日以上休養日を設けるほか、学校閉庁日を設定する場合はその期間を休養日とする。(ただし、届出が必要)

(4) 活動時間の弾力的な設定

- 1日の活動時間は、長くとも平日では3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。(ただし、届出が必要)

4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

(1) 部活動の設置、統廃合、合同チーム等の編成

- 校長は、生徒と部活動顧問の負担が過度にならないよう適正な数の部活

動数を考慮した上で、既存の部活動の統廃合などと合わせて、競技力や技能の向上や大会等での成績以外にも、適度な頻度で行ったり、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部活動の設置について検討する。

なお、部活動の設置や統廃合に当たっては、校内でガイドラインを作成するなどして、生徒や保護者の理解の下、長期的な見通しをもって行う。

○ 校長は、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配慮する。

(2) 部活動の地域連携

○ 学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ・文化芸術団体との連携や民間事業者の活用等により、保護者の協力と理解を得て、学校と地域が協働・融合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。

4 学校単位で参加する大会等の見直し

校長は、本方針の「3」に示した休養日等が年間を通じて適切に設定されることを前提に、生徒の教育上の意義、生徒や部活動顧問の負担が過度とならないこと等を考慮して、学校の部活動が参加する大会等の回数に上限の目安等を定め、参加する大会等を精査する。

5 部活動の充実に向けて

- (1) 部活動指導の充実を図る取組
- (2) 女子の指導に当たっての留意点
- (3) 部活動顧問等と生徒の信頼関係づくり
- (4) 部活動内の生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり
- (5) 家庭や地域との連携を図る取組
- (6) 障がいのある生徒の部活動の充実

終わりに

校長は、本方針を毎年度策定するとともに、必要に応じて内容の見直しを行う。