

## 「令和8年度 北海道鷹栖高等学校 部活動に係る活動方針」

### I 趣旨

- 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る。
- 部活動は、異年齢との交流の中で、好ましい人間関係の構築を図ったり、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、生徒の多様な学びの場として、教育的意義が高い。
- 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、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の配慮する必要がある。また、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。
- こうした中、本校では、「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、「北海道鷹栖高等学校 部活動に係る活動方針」（以下「本方針」という。）を策定した。

### II 本方針の運用上の基本姿勢

- ア 「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方に関する総合的なガイドライン」等に則るとともに、本道の地域性などの状況を踏まえた内容とする。
- イ 運動部活動と文化部活動を同一とした内容とする。
- ウ 休業日等の取扱いについて、中学校と高等学校とを同じ基準としつつも、高等学校段階では、多様な教育が行われている点などを考慮する。
- エ 本方針は決定の日から施行し、本校の取り組み状況などを踏まえて、必要に応じて方針の見直しを行う。

### III 適切な運営のための体制整備

#### 1. 適切な運営のための体制整備

##### （1）部活動の方針の策定等

- ア 校長は本方針を策定する。
- イ 校長は、「活動方針」を公表する。
- ウ 校長は、部活動顧問に対し、次の8点を作成・提出させる。
  - ・活動日や活動場所・活動時間・参加予定大会などの「年間活動計画」と「月別活動計画」、休養日の「年間計画」と「月別計画」。
  - ・活動日や活動場所・活動時間・参加大会などの「年間活動実績」と「月別活動実績」、休養日の「年間活用実績」と「月別活用実績」。
- エ 部活動顧問は、上記ウの「活動計画」や「経費等の資料」を保護者や生徒に適宜配布し、理解を得るよう努める。

## (2) 設置する部活動

### ア 運動部

陸上競技部、バドミントン部

### イ 文化部

3 L's 部 (ボランティア)、美術部、吹奏楽部、商業研究部、図書委員会

## (3) 部活動に係る相談・要望の窓口

担当：教頭

## 2. 指導、運営に係る体制の構築

ア 校長は、可能な限り、部活動ごとに複数顧問を配置するなど、学校全体としての適切な指導、運営・管理体制が構築されるよう十分考慮する。

イ 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実（部活動顧問の専門性等）、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に持続可能な部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置する。

## IV 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進

校長、部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、部活動の実施に当たり、次の点を留意する。

ア 生徒の体調変化や気象条件などの環境変化 ※活動場所で測定した暑さ指数 (WBGT) が  $31^{\circ}\text{C}$  以上の場合、原則として活動を行わない。

イ 生徒の心身の健康管理 (スポーツ障害・外傷の予防・バランスの取れた学校生活への配慮を含む)

ウ 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、いじめ行為等の不適切行為の根絶の徹底。

エ 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。

## 1. 運動部活動における適切な指導の実施

校長は、運動部顧問、部活動指導員及び外部指導者に対し、次のことを指導・徹底する。

ア スポーツ医・科学の見地から、トレーニング効果を得るためには休養を適切に取る必要があること。

イ 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。

ウ 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。

エ 生徒が急に意欲が低下することなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入により、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。

オ 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

校長は、文化部顧問に対し、次のことを指導・徹底する。

- ア 生徒のバランスの取れた健全な成長の確保の観点から、休養を適切に取る必要があること。
- イ 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。
- ウ 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。
- エ 生徒が急に意欲が低下することなく、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なトレーニングの導入等により、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。
- オ 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すること。

## 3. 部活動用指導手引きの普及・活用

校長は、部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者に対し、関係団体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ように指導する。

## V 適切な休養日と活動時間の設定

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、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。また、休養日には朝練習や自主練習も行わない。

### 1. 原則

#### (1) 休養日

- ア 週2日以上
- イ 学校閉庁日（9日）
- ウ 「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

#### (2) 活動時間

平日2時間程度、休日3時間程度 ※ただし、1週間で11時間程度とする。

### 2. 弾力的な運用

#### (1) 休養日の下限

- ア 平日週1日以上のほか週末月1日以上
- イ 学校閉庁日（9日）

#### (2) 活動時間の上限

平日3時間程度、休日4時間程度 ※ただし、1週間で16時間程度とする。

#### (3) 学校行事に係る休養日の設定

次の学校行事の際は部活動の休養日とする。

- ・定期考査1週間前
- ・定期考査（最終日以外）
- ・学校閉庁日
- ・見学旅行（2年）
- ・球技大会

- ・入学者選抜業務に係る生徒登校不可日や完全下校日等

## VI 部活動の充実に向けて

ア 校長は、家庭の経済状況に関わらず、生徒のスポーツ環境の充実や芸術文化等の活動に親しむ機会の充実の観点から、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。

イ 女子の指導に当たっては、女性特有の健康問題（女性アスリートの三主徴（利用可能エネルギー不足（注）、無月経及び骨粗しょう症）、貧血等）の予防対策に関する正しい知識を得た上で行う。

（注）「利用可能エネルギー」とは、食事からとる摂取エネルギーから運動により消費されるエネルギーを引いたエネルギー量をさす。これは基礎代謝や日常活動に使用可能なエネルギー量のこと。つまり、「利用可能エネルギー不足」とは、運動によるエネルギー消費量に対して、食事などによるエネルギー摂取量が不足した状態をさし、この状態が続くと、身体の諸機能に影響を及ぼすと考えられる。

ウ 校長は、部活動が生徒の自主的、自発的な参加により行われる活動であることを踏まえ、次のことを指導・徹底する。

- ・ 指導の目的、技能等の向上や生徒の心身の成長のために適切な指導の内容や方法であること等を、生徒に明確に伝え、理解させた上で取り組ませるなど、部活動顧問と生徒の両者の信頼関係づくりが活動の前提となること。
- ・ 部活動顧問と生徒の間に信頼関係があれば、指導に当たって体罰等を行っても許されるはずとの認識は誤りであり、指導に当たっては、生徒の人間性や人格の尊厳を損ねたり否定するような発言や行為は許されない。

エ 校長は、部活動顧問に対して、生徒のリーダー的な資質・能力の育成とともに、協調性、責任感のある涵養等の望ましい人間関係や人権感覚の育成、生徒への目配り等により、部活動内における暴力行為やいじめ等の発生の防止を含めた適切な集団づくりに留意させる。

オ 校長は、部活動等を通じて、障がいのある生徒と障がいのない生徒が交流する場を設けるよう努める。