

## 令和8年度 北海道美深高等学校の部活動に係る活動方針

### 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、「北海道美深高等学校の部活動に係る活動方針」を策定することとした。

- (1) 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・能力の育成を図り、学校教育の一環として、教育課程との関連づけながら行うこと。
- (2) 異年齢との交流の中で、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、生徒が多様な学びや経験をする場として活動すること。
- (3) 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こと。
- (4) 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、部活動の参加を義務づけたり、活動を強制しないこと。

### 指導上の留意点

- (1) 安全の確保や事故発生後の対応を適切に行うこと
- (2) 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
- (3) 服務（生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）を遵守すること

### 1 適切な運営のための体制整備

- (1) 設置する部活動  
本校は、今年度、次の部・局・同好会を設置する。  
体育系：バドミントン、柔道、弓道、野球同好会  
文化系：写真、軽音楽、ボランティア局
- (2) 「部活動に係る相談・要望の窓口」の設置  
部活動に係る要望や相談については本校教頭を窓口とする。  
連絡先：北海道美深高等学校（美深町字西町40番地）  
電話・FAX 01656-2-1681  
e-mail bifuka-z0@hokkaido-c.ed.jp

### 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

部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理、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。（部活動用指導手引を活用すること）

- (1) 運動部活動における適切な指導
  - ア 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。
  - 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。
  - オ 専門的知見を有する保健体育担当の教諭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
  - ア 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。
  - 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 生徒の文化芸術等の能力向上や、生涯を通じて文化芸術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。
- オ 専門的知見を有する教諭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。

### **3 適切な休養日等の設定**

- (1) 週当たり少なくとも2日以上を休養日とすること。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こと。
- (2) 定期考査期間や学校行事、入選業務等の部活動禁止期間を守ること。
- (3) 学校閉庁日は休養日とすること。
- (4) 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こと。(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。)
- (5) 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こと。
- (6) 1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、休日は3時間程度、週当たり11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こと。
- (7) 活動場所で測定した暑さ指数(WBGT)が31℃以上の場合は、原則として活動を行わない。

### **4 参加する大会等の見直し**

休養日が年間を通じて適切に実施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、試合、コンクール、コンテスト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こと。

### **5 部活動の充実に向けて**

- (1) 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)の作成・提出すること。
- (2) 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に心がけ、生徒・保護者の負担が過度とならないよう気をつけること。
- (3) 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こと。
- (4) 部活動顧問と生徒の信頼関係づくり
  - ア 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こませるなど、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。
  - イ 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こと。
- (5) 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  
部活動顧問が、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すること。
- (6) 家庭との連携を図る取組  
部活動参観として保護者に部活動を公開する場を設けるなどして、保護者の部活動への理解を深め、学校と家庭が連携しながら部活動指導に取り組めるよう環境づくりに努めること

### **終わりに**

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。