

運動部活動に係る活動方針

府中市立第一中学校

1 基本方針

- 生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにする。
- 生徒の自主的、自発的な参加を促し、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組む。
- 学校全体として運動部活動の指導・運営に係る体制を構築する。
- 運動部活動に限らず、文化部活動に関しても、文化部活動の特性を踏まえつつ、本方針に準じた取扱いを行う。

2 適切な運用のための体制

- 部活動顧問は、活動計画及び活動実績を校長に提出する。
- 校長は、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。

3 安全で効率的・効果的な活動の推進

- 校長及び部活動顧問は、部活動の実施に当たっては、「運動部活動での指導のガイドライン」（文部科学省 平成25年5月）に則り、生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。
- 部活動顧問は、トレーニング効果を得るために休養を適切に取る必要があること、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した上で指導を行う。
- 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り、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。

4 適切な休養日等の設定

- 週当たり2日以上休養日を設ける。平日は定時退校日と併せて少なくとも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。
- 1日の活動時間は、平日では2時間程度、学校の休業日は3時間程度とする。

5 学校単位で参加する大会等

- 学校体育団体の主催若しくは共催する大会とする。
- その他の大会については、本方針の趣旨に則り、実態に応じて、校長が認める大会のみとする。