

長崎女子商業高等学校  
「運動部活動の在り方に関するガイドライン」

目 次

1. 本ガイドライン策定の目的	p 1
2. 適切な運営のための体制整備	p 1
3. 合理的でかつ効率的・効果的な 活動の推進のための取り組み	p 2
4. 適切な休養日及び活動時間等の設定	p 2
5. 生徒のニーズを踏まえた スポーツ環境の整備と社会的貢献	p 3
6. 学校単位で参加する大会等の見直し	p 3

## 1. 本ガイドライン策定の目的

- ①「生徒のバランスのとれた生活と成長の確保」「スポーツ障害の予防」「学習との両立」「家族との絆」のほかスポーツ医・科学的な必要性や、生徒の発育・発達過程で、最高のパフォーマンスの発揮や本人のやる気や意欲の向上のためにも、競技や種目の特性を踏まえつつ運動部において適切な休養日及び活動時間を設定する。
- ②生徒の自主的、自発的な参加により行われ、生徒一人一人の個性が発揮される持続可能な運動部活動の構築に取り組む。
- ③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・効果的に取り組み、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。
- ④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、心身の健康を保持・増進しながらバランスのとれた学校生活を送ることができるようにする。

## 2. 適切な運営のための体制整備

- ①運動部顧問は、年間及び毎月の活動計画並びに活動実績を作成し、校長は活動方針と活動計画をホームページ掲載等により公表する。
- ②校長は、学校全体の適切な校務分掌等に留意して、運動部活動の適切な指導を行ない、運営管理体制を構築する。
- ③校長は生徒や教職員の数・学校施設等を考慮し適正な数の運動部を設置する。また各運動部の活動内容を把握のうえ、便宜、指導、是正を行う。
- ④校長は運動部顧問が適切な運動部活動運営に関する知識や方法の習得をできるように配慮する。

### 3. 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

- ①校長及び運動部顧問は、生徒の心身の健康管理、事故防止、体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。
- ②校長及び運動部顧問は熱中症事故の防止等について万全の対策を行う。  
特に運動部顧問は気温・湿度等に注意し、クールダウンを確実に行ない、効率的・効果的で健全な活動に取り組むこと。
- ③運動部顧問は、中央競技団体が作成・公開する「指導の手引」とともに、平成26年1月に県教育委員会が作成した「運動部活動指導の手引」を活用し、適切な指導を行う。

### 4. 適切な休養日及び活動時間等の設定

- ①週あたり少なくとも平日1日、週末1日の休養日を設け、家庭の日を配慮することを原則とする。大会等で適切な休養日が確保できない場合は、翌週等で調整する。
- ②1日の活動時間は原則として長くとも平日では2時間程度、学校の休養日は3時間程度とする。但し校長の承認のもと、活動時間が週あたり16時間を越えないことを目安として、最適な活動時間を設定することもできる。
- ③大会参加等、事情により活動時間が長くなるような場合は、翌週に休養日を加えるなど、恒常化しないように計画し、生徒が休養を十分にとることができるようにする。
- ④長期休業中は学期中に準じた扱いを行うとともに、長期休養（オフシーズン）を設けるように努力する。

## 5. 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備と社会的貢献

- ①校長は、生徒の多様なニーズに応じた活動ができる運動部の設置を検討する。
- ②校長及び運動部顧問は、学校や地域の実態に応じ、スポーツ団体、保護者及び民間事業者等の協力の下、学校と地域が協働・融合した地域のスポーツ環境の整備に協力する。
- ③校長及び運動部顧問は、地域主催の大会や障害者スポーツ大会等に積極的に協力し社会的貢献に寄与する。

## 6. 学校単位で参加する大会等の見直し

- ①校長は週末等に開催される様々な大会が生徒や運動部顧問に過度な負担とならないよう関係者と協議・精査する。
- ②運動部顧問は、本ガイドラインの趣旨を重んじ、参加している大会を精査する。