

## 「令和6年度 旭川西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、「旭川西高等学校学校の部活動に係る活動方針」（以下「本方針」という）を次のとおり策定することとした。
- ・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、生徒の自主性、自発性を尊重し、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) 設置する部活動

本校は、今年度、別紙の部活動を設置する。

#### (2) 「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、FAXまた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：〒070-0815 旭川市川端町5条9丁目1番8号  
北海道旭川西高等学校

FAX：0166-52-2974

Mail: asahikawanishi-z0@hokkaido-c.ed.jp

- ・担当：教頭 叶内 保

#### (3) 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、年間の活動計画並びに毎月の活動計画及び活動実績を作成し、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。

- ・校長は、上記の各部活動の年間の活動計画、毎月の活動計画及び活動実績等をもとに、教師や生徒の負担が過度とならないよう、持続可能な運営体制が整えられているか等の観点から、必要に応じて指導・是正を行う。
- ・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)を配布し、保護者・生徒の理解を得る。

#### (4) 指導・運営に係る体制の構築

- ・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。
- ・部活動顧問の決定に当たっては、校務全体が効率的・効果的に実施される必要があることに鑑み、可能な限り、部活動ごとに複数の顧問を配置するなど、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制が構築されるよう十分考慮する。
- ・生徒指導の視点に立った部活動運営に努める。
- ・部活動指導員の配置に当たっては、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こと、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)を遵守すること等について指導し、徹底する。
- ・教師の部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策(平成 29 年 12 月 26 日文科科学大臣決定)」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について(平成 30 年 2 月 9 日付け 29 文科初第 1437 号)」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。
- ・「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 月北海道教育委員会決定、令和 6 年 3 月改定)で示している、働き方改革に向けた取組を推進する。

## 2 合理的でかつ効率的・効果的な活動推進のための取組

- ・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。また、これらの取組に当たっては、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

- ・次のことを踏まえて、生徒に対する指導を行う。
  - 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た上で指導を行う。

## (2) 文化部活動における適切な指導

- ・ 次のことを踏まえて、生徒に対する指導を行う。
  - 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ことが必要である。
  - 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。

## (3) 部活動用指導手引の活用

- ・ 関係団体等が作成した指導手引を活用するなど、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、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

学期中の休養日の設定については、次のとおりとする。

- ・ 週当たり 2 日以上 of 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。
- ・ 学校閉庁日は休養日とし、道民家庭の日(毎月第 3 日曜日)は、可能な限り休

養日とするよう努める。

- ・休養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取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(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、合理的でかつ効率的・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、十分な休養を取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。
- ・活動場所で測定した暑さ指標(WBGT)が31℃以上の場合は、原則として活動を行わない。

## (3) 高等学校における休養日等の設定

上記(1)及び(2)の基準を基本とするが、部活動顧問からの申出がある場合、申出のあった部活動が、北海道教育委員会が別に定める要件に当てはまり、校長が当該部活動の活動計画及び活動実績等を確認し、下記(4)の休養日及び活動時間の弾力的な設定の範囲内での活動を行うことができるものとし、学校全体として、持続可能な部活動の運営体制の構築を図る。

## (4) 高等学校段階における弾力的な休養日等の設定

### ア 休養日の弾力的な設定

- ・学期中は、平日に週1日以上、週末又は祝日に月1日以上の休養日を設けるほか、学校閉庁日を休養日とする。(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)。
- ・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。

### イ 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。

## 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

- ・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する。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、長期的な見直しをもって行う。

- ・生徒と部活動顧問の負担が過度とならないこと等を考慮した上で、自校での練習を中心としながら、大会等の直前のみ合同練習を行うなど、関係する校長と協議の上、合同チームや合同練習による活動を行う。

(2) 部活動の地域連携

- ・地域の実情等に応じ、学校種を越え、中学校、大学及び特別支援学校等との合同練習を実施するなどにより連携を深め、生徒同士の切磋琢磨や多様な交流の機会を設ける。

## 5 学校単位で参加する大会等の見直し

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(地域からの要請により参加する地域の行事、催し物等を含む)を精査する。

### 終わりに

本方針は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。

<別紙>

令和6年度 部活動顧問一覧

部活動名 (体育系)	顧 問	部活動名 (文化系)	顧 問
------------	-----	------------	-----

1	野 球	林・山本		14	吹奏楽	柴田・廣瀬・大懸	
2	バドミントン	川越・村形・木下		15	ファッションクリエイター	工藤	
3	陸 上	森田・鈴木		16	物 理	村形	中村・中里 田辺・川越 高橋伸元 山本・横堀 ・中川
4	男子バスケットボール	中村	田中嘉	17	化 学	石丸	
5	女子バスケットボール	高橋伸也	畔田	18	生 物	戸嶋	
6	男子バレーボール	紺屋・福嶋		19	音 楽	大懸・柴田・廣瀬	
7	女子バレーボール	田中恒・矢部		20	美 術	中林・角田	
8	山 岳	石丸・丹野		21	書 道	大和・豊田	
9	サッカー	飯岡・吉井		22	英 語	徳永・福嶋	
10	卓 球	平間・山田		23	文 芸	阪本・大西	
11	体 操	海野・漆山		24	インターアクト	藤村	
12	硬式テニス	斉藤充・中里		25	写 真	田辺・漆山	
13	ソフトテニス	高橋伸元・大石		26	放 送	木下・徳長	
				27	茶 道	角田・大槻	
				28	華 道	大西・加藤	
				29	演 劇	小玉・中里	
				30	図 書	廣瀬・加藤	