

**【高知小津高等学校】運動部活動に係る活動方針**

**学校教育目標**

本県高校教育をけん引するリーダー的な学校として、第3期高知県教育振興基本計画に基づき、創立148年の歴史と伝統及び充実した施設設備を活用した文武両道の質の高い教育を実践するとともに、生徒を取り巻く社会情勢の変化にも柔軟に対応し、生徒、保護者、地域、県民の期待に応えることができる教育を実現する。

**運動部活動の活動方針**

部活動においては、文化的・体育的な集団活動をとおして、規律の遵守・協調の精神を学び、生徒相互の連帯感に基づく好ましい人間関係と社会性を身につけるとともに、豊かな情操を涵養し技能の錬磨・向上に努め、さらに母校を愛しより良い校風の確立と光輝ある伝統の継承発展を図ることを目的とする。

**基本的事項**

**①運営に関すること**

- (1) 部活動設置について
  - ・本ガイドラインにおいて部活動とは、体育部・文化部及び同好会の総称である。
  - ・本校の教育活動に、部活動を設置する。
  - ・各部活動の目標に沿って、年間計画及び毎月の活動計画を定め活動する。原則として、顧問教員や部活動指導員がついて指導にあたる。
- (2) 部活動審議会、顧問会、主将・部長会について
  - ・部活動全体の推進及び諸問題の解決を図るため、部活動審議会（以下、部活審という）を設置する。
  - ・部活審は、部活動全体の円滑な推進や諸問題への対応、運営・活動・活動時間の評価・改善などについて、審議する。
  - ・部活審は、次の委員で構成する。  
生徒指導部長、部活動係、体育部顧問代表（2名）、文化部顧問代表（2名）
  - ・生徒指導部長を部活審の会長とし、部活動係が部活動審議会を招集し、議事を進行する。
  - ・部活動係は、顧問会を原則学期に1回開き、各部活動の現状や課題を共有し、全員で課題解決に向けた取組を行う。
  - ・部活動係は、主将・部長会を原則学期に1回顧問会議の前に開き、活動の共通認識を図るとともに、顧問会議でも情報の共有を図る。
- (3) 指導体制について
  - ・顧問は、各部活動に1名以上の本校教員を置く。
  - ・専門性を有した外部指導者の効果的な活用（部活動指導員、運動部活動サポート事業）等、本校の実態に応じた工夫を行う。
  - ・顧問は、ホーム主任や保護者との連携をとり、円滑な部活動運営を心がける。また、必要に応じて、保護者会を開くなど、共通理解を図る工夫を行う。
- (4) 研修について
  - ・県が主催する研修会（運動部活動コーディネーター研修会、運動部活動指導力向上研修等）、各競技団体が行う研修会等に積極的に参加し、その内容を顧問会等を通じて情報共有を図り、顧問の指導力の向上を図る。
- (5) 部費又は集金の取扱いについて
  - ・管理職や事務職員等の指導を受け、出納簿作成や監査等、適切に取り扱う。

**②活動に関すること**

- (1) 施設や用具について
  - ・使用した設備の整頓・清掃、校舎の施錠等は顧問が責任をもって管理する。
- (2) 事故防止や安全対策について
  - ・事故には十分留意し、怪我が起きた場合、速やかに処置、管理職及び養護教諭に連絡・報告する。
  - ・原則として、活動の際には顧問が監督する。
  - ※ 熱中症への対策（測定器を活用し、時間帯を決め定期的に測定し状況を把握する）  
 ①活動前・活動中・活動後に水分・塩分の補給 ②適切な休憩 ③屋内外別のWBGT値などの判断基準や指標等）
    - ①活動中にはこまめに水分補給と塩分補給を行いながら行う。活動前後にも水分・塩分の補給を行う。
    - ②活動中は、適切に休憩時間を設ける。
    - ③WBGT25℃以上の環境では水分・塩分の補給及び休憩を積極的に設け、WBGT31℃以上の場合は活動中止の判断を検討する。（体育館に専用温度計を置く）
- (3) 大会参加、練習試合や合同練習等の実施について
  - ・事前に「大会参加願い」を提出し、承認を得ること。
  - ・外部会場での練習試合・合同練習を行う際には、事前に「生徒引率届」を提出する。
  - ・土曜日・日曜日・祝日等に活動する必要がある場合は、生徒の健康面や学習時間等の確保を行うために、休養日を他の曜日に振り替えるなど、工夫を行う。

●運動に関する指針

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。運動する場合には、頻りに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休憩)	WBGT25℃以上では、熱中症の危険性が増すので、積極的に休憩をとり適宜水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険性は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

(公財) 日本体育協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2013)より

③活動時間に関すること

(1) 休養日の設定

- ① 少なくとも週当たり1日以上以上の休養日を継続的に設定する。
  - ② 定期試験期間中は、原則、部活動は行わない。  
※ 自主トレは、生徒の主体的な活動であり、学校施設を利用しないものとする。
  - ③ 長期休業中には、一定期間のオフシーズンを設定する。
- 以上を合わせて、年間を通して週2日以上以上の割合で休養日を計画的に設定する。

(2) 活動時間の設定

- ・本校の基本の活動時間  
    - 〈夏時間〉 16:30-19:00 (19:30)
    - 〈冬時間〉 16:30-18:30 (19:00)
  - ※ ( ) 内の終了時間は、校舎外の部活動完了時間とする。  
**※ 校舎・研修室を利用しての部活動は閉館放送までに完了し、速やかに下校する。**
  - ・平日、休日の活動時間は、次の通りです。  
    - 〈平日〉 2時間以内      〈休日〉 3時間以内
  - ※ 校長が学校経営上必要と認め、かつ、事前に生徒や保護者の同意を得た部活動など、条件を満たす場合に限り  
    - 〈平日〉 3時間以内      〈休日〉 4時間以内
- に延長できる。

(3) 各部の活動一覧 (基本的な定休日、オフシーズン、活動時間等を示しています。)

	週のうち定休日(曜日)	オフシーズン(長期休業中)	平日の活動時間	休日の活動時間	備考
男子バスケットボール部	非固定 (変動性で週1日)	夏季5~6日、冬季5日、春季3日	2時間~2時間半	3時間~4時間	朝練習週3日
女子バスケットボール部	非固定 (変動性で週1日)	夏季5~7日、冬季5日、春季3日	2時間~2時間半	3~4時間	
男子バレーボール部	非固定 (変動性で週1日)	夏季6日、冬季6日、春季3日	2時間~2時間半	3~4時間	
女子バレーボール部	非固定 (変動性で週1日)	夏季5日、冬季6日、春季3日	2時間~2時間半	3~4時間	
卓球部	非固定 (変動性で週1日)	夏季5日、冬季5日、春季2日	2時間	3時間	
バドミントン部	非固定 (変動性で週1日)	夏季5日、冬季5日、春季2日	2時間半	3~4時間	平日の朝練習(週2日1時間)
野球部	木曜日(シーズン中) 月曜日(オフシーズン)	夏季5~7日、冬季5日、春季3日	2時間半	4時間	選手権大会・秋季大会は試験発表期間と重なるため練習あり。天候によって変更あり。
ソフトボール部	火曜日	夏季6~7日、冬季5日、春季3日	2時間~2時間半	4時間	朝練習なし
サッカー部	月曜日	夏季6~7日、冬季5日、春季3日	2時間~2時間半	4時間	朝練習なし
陸上競技部	木・日 (大会付近は変動)	夏季連続3日、冬季連続5日 ※短距離のみ11月上旬1週間程度OFF	2時間	3~4時間	※休日は準備・片付けが1時間 ※中長距離はロードの関係でまとまった休みなし
ソフトテニス部男子	月曜日	夏季6~7日、冬季5日、春季3日	2時間~2時間半	4時間	朝練習週2日
ソフトテニス部女子	火曜日	夏季6~7日、冬季5日、春季2日	2時間~2時間半	4時間	朝練習週2日
剣道部(男女)	非固定 (変動性で週1日)	夏季10日、冬季7日、春季4日	2時間	4時間	平日の朝練習(30分)
ライフル部	水・土・日	夏季10日、冬季7日、春季7日	2時間	3時間	
弓道部	日曜日 (もしくは大会の翌日)	夏季9日、冬季6日	2時間	4時間	
ハンドボール部	火(土日適宜1)	夏季7日、冬季9日、春季3日	2時間~2時間半	3時間	朝練習なし・休日はほぼ午前中で終了
生物部	土・日	補習日以外は基本的に活動なし	2時間	なし	
地学部	水・土・日	夏季14日、冬季15日	2時間	なし	発表会の前には土・日に活動を行う場合がある
英語部	月・水・木・金・土・日	大会、学習会、国際イベント参加を除き、自主活動	1時間半	なし	英語弁論大会やディベート大会等に出場するため、もしくは国際イベントに参加するため等に、休日に活動を行う場合あり
書道部	非固定 (変動性で週1日)	夏季5~7日、冬季5日、春季3日	2時間~2時間半	3~4時間	作品を展覧会等に出品するため、もしくはイベントに参加するため等に、休日に活動を行う場合あり
美術部	日曜日	夏季10日、冬季7日、春季7日	2時間~2時間半	3時間	作品を展覧会等に出品するため、もしくはイベントに参加するため等に、休日に活動を行う場合あり
華道部	月・火・水・金・土・日	夏季に2~3日のみ練習を行う	1時間半	なし	*朝練習なし*年に1~2回華道の大会に出場 *年に2~3回展示会、講演会に参加
茶道部	火・木・金・土・日	夏季14日、冬季は自主活動	2時間半	なし	7月(休日)に一般のお茶会に参加 高文祭高校生茶会(11月)に参加 高知県合唱祭、文化祭、定期演奏会、全国総文祭などの演奏前には休日に活動あり
音楽部	水・金・土・日	夏季10日、冬季5日、春季5日	2時間	なし	
吹奏楽部	非固定 (変動性で週1日)	夏季10日、冬季7日、春季6日	2時間	4時間	
放送部	火・金	大会参加以外は基本的に活動なし	1時間半	なし	大会前には、休日に活動する場合がある。
フォークソング部	日(連休の場合は休みの最後の日)	夏季5~9日、冬季6日、春季3日	2時間	2~3時間	週末に自主参加型のライブが不定期で入ることがある
写真部	水・土・日	大会参加を除き、自主活動	2時間	なし	平日は自主活動として写真を撮影する日もあり休日は不定休
漫画研究	火・水・金・土・日	補習日以外は基本的に活動なし	2時間	なし	夏季休業中に漫画甲子園に参加予定
図書部	土・日・祝	原則として休み	1~2時間	なし	夏期休業中、保育園への読み聞かせ実習を実施
ハンドメイド部	月・水・金・土・日	夏季5日、冬季3日、春季3日	2時間	なし	

科学部	火・木・土・日	夏季20日、冬季14日、春季7日	2時間	なし	大会参加など休日に活動を行う場合あり
将棋囲碁部	土・日	大会参加以外は基本的に活動なし	2時間	なし	大会前は、補習の後、活動することがある
演劇部	日曜日	夏季10日、冬季7日	1時間半	3時間	
新聞部	非固定（変動性で週2～3日）	補習日以外は基本的に活動なし	2時間	なし	新聞専門部合同の活動や講習会に参加
数学同好会	月～木・土・日	補習日以外は基本的に活動なし	2時間	なし	
文芸同好会	月・水・土・日	3～5日 を除き全て	1時間半	なし	
水泳同好会	月～木・土・日	大会参加以外は基本的に活動なし	1時間	なし	大会前に校内でミーティングをすることがある
備考					

評価と改善（上記①～③）		
①運営に関する事 ②活動に関する事 ③活動時間に関する事	<ul style="list-style-type: none"> <li>・設定どおりに実施できたか。</li> <li>・特に実施できていなかった部活動は、何部だったか。</li> <li>・考えられる、実施できなかった要因は何か。</li> </ul>	各部活動の顧問は、①運営、②活動、③活動時間について、設定どおりに実施できたかどうか、また実施できなかった要因について検証を行い、部活動審議会・顧問会又は年度末の職員会において情報を共有し、次年度の計画を立てる。