

喬木村中学校部活動等指針

平成31年3月

喬木村教育委員会

目 次

1. 策定の趣旨	・・・2P～3P
2. 指針の位置づけ	・・・4P
3. 指針の適用について	・・・4P
4. 部活動等の活動状況	・・・4P
5. 中学生期の部活動で目指すもの	・・・4P
6. 部活動等の活動基準	・・・5P
7. 保護者の皆様へのお願い	・・・6P
8. 喬木村中学校部活動等基準	・・・7P

喬木村中学校部活動等指針

平成 27 年 3 月
喬木村教育委員会

1. 策定の趣旨

長野県内における中学生期の生徒の体力・運動能力が全国平均と比較して低下していること。また近年の運動部加入率低下で見られる運動部離れと中学生期における体力・運動能力向上と併せて、運動部では競技力向上を、文化部ではその専門性を高めることを目的とした過度な取組が指摘され課題となっています。特に部活動の延長して行われている社会体育・文化活動の一部で過熱化する活動等が問題として指摘されるとともに、県内では当たり前になっている早朝より活動している「朝部活」も指摘の対象となっています。

これらの状況を踏まえて、長野県教育委員会は平成 26 年 2 月に「長野県中学生期のスポーツ活動指針」を策定し、生徒の主体性を考慮しつつ、生徒ひとり一人に応じた適切な指導方法の改善や運営体制整備についての考え方が示されたところです。

喬木中学校では、教育委員会と相談の上、部活動検討委員会を設置し、学習時間や睡眠時間、家族の一員としての家族の団欒の時間、お手伝いの時間が「生徒の健全な生活」を確保するうえで大切と考え、社会体育・文化活動を含めた部活動の方向性の検討を開始しました。平成 26 年 7 月に 1・2 年生の全生徒・全保護者を対象に①朝の部活動の是非について、②部活動の延長として行っている社会体育・文化活動について、アンケート調査を実施しました。生徒 149 名、保護者 96 名より回答いただき、朝の部活動を「廃止することに反対」の意見が生徒・保護者ともに「廃止することに賛成」の意見を 2 倍以上上回った結果になりました。しかし、「わからない」と回答した方も相当数ある事から、お子さんの生活の様子をご家庭で確認いただくこととし、中体連新人戦終了から朝部活なしの試行期間を設け、平成 26 年 11 月 17 日から 12 月 8 日までの期間実施いたしました。

試行期間終了後に同様のアンケートを行った結果、保護者の回答数は前回同様に反対が賛成を 2 倍以上上回ったのに対して、生徒の回答数は「廃止することに反対 40 回答」「廃止することに賛成 42 回答」とほぼ同数。「わからない 29 回答」という結果になりました。朝の部活動が早起きという良い生活リズムをつくる一助となっていたために、試行期間中は通常より遅くまで寝てしまったために生活リズムが崩れた。逆に早起きして充実した過ごし方ができたという二種類の報告がされています。

またこれとは別に各部活動の生徒各 3 名に学校長自らヒアリングを行った結果は次のとおり。朝部活に対して「あったほうがよい。」と回答したのが 11 名。「ないほうがよい。」と回答したのが 5 名。「どちらがよいとはいえない。」と回答したのが 2 名。朝部活なしの期間中は「朝食を余裕をもって食べることができた。」「睡眠時間は変わらないが、いつも出来ない事ができた。」「練習時間が確保できないと試合に勝てるか不安。」「今でも練習で疲れて次の日の授業に影響する事もあるが、途中で投げ出したくないし、目標を達成したい。」等の意見を確認しています。

この時期の部活動が生徒にとって、自分の能力を信じて継続的に目標に向かって努力し、競技力や専門性を高め、自己実現へ繋げる大変有意義で貴重な時期であることも考慮すると、むやみに朝部活動を全面禁止にすることは必ずしも良いとは判断できません。しかしながら県の指針も参考に現実に即した指針に致しました。

2. 指針の位置づけ

この指針は喬木村立喬木中学校の「部活動」及び「社会体育・文化活動」に適用するものです。学校長の判断のもと、本指針の基準内で適切な活動が行われるように留意することとします。なお、喬木中学校部活動等の活動基準は、長野県が定めた「長野県中学生期のスポーツ活動指針〔改訂版〕（平成31年2月改定）」に準じたものです。

3. 指針の適用について

- (1) 平成27年度から適用します。
- (2) 平成27年度以降も、指針を踏まえた取組状況や部活動の実態は、「喬木村スポーツ・文化活動運営委員会」で把握し、必要に応じて見直しを行います。

4. 部活動等の活動状況（文化系も含む）

- (1) 部活動に所属している生徒の平日の生活を平均的に見ると、「起床時間」「朝食をきちんと摂ること」「睡眠時間」に関しては、大きな問題をかかえている状況ではありません。
- (2) 家庭における「学習時間」「家族とふれ合う時間」については、平日、休日にかかわらず、また、部活動加入者、未加入者に関わらず全般的に費やす時間が少ない状況が課題となっています。
- (3) 朝部活が生徒の生活に悪影響を与えているという事は一概に言えず、朝部活がある事で早起きによる良い生活リズムがスタートできることも生徒とのヒアリングでも確認されています。

5. 中学生期の部活動で目指すもの

- (1) スポーツや文化及び科学等を生徒が自主的、自発的に取り組むことの楽しさを実感し、生涯学習意欲の向上、責任感、連帯感、忍耐力を養う。
- (2) 体力・運動能力・競技力の向上を通じて達成感・自己実現を目指す。
- (3) 規則正しい生活習慣を身につけ、心身ともに社会的自立した人材を育成する。

6. 部活動等の活動基準

(1) 朝の部活動について

①朝の部活動は原則として行わない。朝部活のない時期の自主練は認めない。ただし、大会等前1ヶ月及び11月から2月は、延長部活動を行わない日に限り、総活動時間の不足を補う目的で学校長が必要と認める場合の朝の部活動を行ってもよい。活動時間は、水曜日を除く朝7時20分から7時50分までとする。なお、その場合にあってもウォーミングアップやクールダウンの時間が十分に取れないことを鑑み、激しい運動は避けるように配慮する。

(2) 平日の部活動について

- ①生徒の疲労の蓄積を抑えて練習効果を高めるために、毎週水曜日を完全休養日とする。
- ②部活動の総活動時間は朝の活動を含め2時間程度を目安に、必要に応じて通年週2回程度の延長部活動を認める。延長部活動については、家人の迎えを原則とする。なお、活動時間には会場への移動・準備・片付け・ミーティング等は含まない。
- ③各部保護者会で年度当初に規約を確認し、周知徹底を図ることとする。
- ④平日の活動終了時刻は季節により変動させる。

(3) 土日・休日の部活動について

- ①部活動として土日のどちらか1日活動してもよい。ただし、学校長が特別に認める日および中体連主催の大会および県吹連が認める大会の1ヶ月前からは、部活動として土日の両日とも活動をしてよい。なお、活動時間は3時間程度になるようにする。活動時間には会場への移動・準備・片付け・ミーティング・試合前後の休憩・見学等は含まない。
- ②活動を円滑に行うため、社会体育・文化活動を組織してもよい。ただし、社会体育・文化活動については保護者会を組織し、運営は保護者会が行うものとする。
- ③部活動と社会体育・文化活動の活動が連続で終日になることは、原則認めない。ただし、前述の大会前で学校長および保護者会が認めた活動（練習試合・大会）についてはこの限りでないが、できるだけ他の週末に休養日を振り替えるようにする。

④休日における練習及び活動、遠征による対外練習試合、大会参加計画は、顧問と部活動指導員、外部コーチ、保護者会が十分検討して立案し、学校長より承認を得るものとする。

(4) 連続する休日・休業中の部活動について

①休日・休業日が3日以上連続する場合、その日数に2分の1を乗じて小数点以下を切り捨てた日数以下の活動を認める。なお、活動時間は3時間程度になるようにする。なお、活動時間には会場への移動・準備・片付け・ミーティング・試合前後の休憩・見学等は含まない。

7. 保護者の皆様へのお願い

延長部活動においては、活動終了時大変暗くなり徒歩での帰宅に支障をきたす事が考えられます。延長部活動の際は原則家人による迎えとなりますので予めご了承願います。生徒のお迎え等ご理解得られない場合は、活動を実施できませんので、ご理解願います。

附則 平成27年3月 策定
平成30年3月 一部改訂
平成31年3月 一部改訂