

1 適切な休養日等の設定

学校における部活動は、生徒の心身の成長や連帯感の涵養など、学校教育が目指すたくましく生きる力の育成や充実した学校生活の実現の上で、大きな役割を果たす活動である。

一方で、適切な休養を伴わない行き過ぎた活動は、生徒にとって、心身に無理が生じることから起こるスポーツ障害やバーンアウト、生活と成長のバランスがうまく保てない等問題点もあげられている。中学生の心身の健全な育成のためには、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう年間を通して計画的に休養日を設定することが大切である。また、教員の多忙化軽減や家族とのかかわりの確保等からも部活動の適正な運営が求められる。

そのため、県及び町の方針を受けて、本校では以下のような取組を行う。

① 週当たりの休養日の設定

週2日以上（平日は少なくとも1日、土・日曜日は少なくとも1日以上）の休養日を設定する。

※なお、大会・コンクール参加等により、やむを得ず土・日曜日に活動する必要がある場合は、代替休養日を確保する。

② 長期休業中の休養日の設定

長期休業の意義を考慮して、土・日曜日は休養日とする。また、生徒が十分な休養をと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（「行事をもたない週」や「年末・年始休日」の期間）を設けること。

※なお、大会・コンクール参加等により、やむを得ず土・日曜日等に活動する必要がある場合は、代替休養日を確保する。

③ 活動時間

- ・合理的でかつ効率的・効果的な活動を行い、平日では2時間程度で活動を終えることとする。学校の休業日（学期中の土・日曜日を含む）では、3時間程度で活動を終えることとする。
- ・練習試合等で終日の活動となる場合でも、生徒の健康管理に十分配慮して、休養時間を適切に設定し、無理のないよう活動する。

2 休養日及び活動時間等の設定の工夫

定期試験前後の一定期間等、各部共通、学校全体、町内中学校共通の部活動の休養日を設定することや、週間、月間等での活動の頻度・時間の目安を定めるなど、地域や学校の実態を踏まえ工夫しながら取り組むこと。

3 朝練習

生徒の学習や家庭生活等の時間を確保するとともに、指導する教職員の長時間労働の解消についても考慮し、朝練習は実施しない。

4 熱中症予防のための対策

熱中症を予防するために、夏季期間（およそ7月～9月）に部活動を行う場合は以下の方法で生徒が活動する場所においてWBGTを測定し、31℃に達した場合はその時点で部活動を中止とする。

- ・平日は、部活動開始時点、休日（長期休業中を含む）は適切な時刻に測定する。

※学校外で活動する場合も同様に測定する。

5 部活動数の適正化

近年の本校学級数減少に伴い職員数も減少するため、現在と同様の部活動数の設置はできない。県教育委員会は、各校の部活動数について1部活2人顧問となる部活数を適正数としている。よって、本校においても今後適正な部活動数への移行を進めていく。