

# 長崎県立五島高等学校 運動部活動に係る活動方針

## スポーツ医・科学的見地から

- ・ジュニア期におけるスポーツ活動時間について、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること」さらに「週当たりの活動時間の上限は16時間未満とすること」が望ましい。(公益財団法人 日本スポーツ協会)

## スポーツ庁

運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン

## 県教育委員会

長崎県運動部活動の在り方に関するガイドライン

- ・「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」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・意欲の向上のためにも、競技や種目の特性を踏まえつつ、運動部活動において適切な休養日及び活動時間を設定すること。
- ・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、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること。
- ・生徒の自主的、自発的な参加により行われ、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・効果的に取り組むこと。
- ・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こと。

## 運動部活動に係る学校の実情等

### 【生徒や保護者、地域の実情】

- ・各部は、部の目標に応じて活動を行っており、「体力・技術の向上」「仲間との連帯感の深化」を目指して活動している。
- ・平成15年度より設置されているスポーツコースは陸上、柔道、剣道の3競技を専門競技として位置づけ、県の支援校指定を受けつつ、県内のトップレベルの競技力の育成を図り、優れた成果を収めている。スポーツコースでは学んだことを卒業後の進路に生かす人材育成を図り、スポーツの指導者として上級学校でさらに研鑽を積む生徒が増えつつある。

### 【施設等の使用状況】

- ・基本的には校内の施設を使用して活動している。
- ・練習内容により、野球部・バトミントン部・バレー部・バスケ部・陸上部は近隣の五島市中央公園野球場、体育館、陸上競技場を計画的に利用して活動を行う。

### 【強化指定等】

スポーツコースが配置しており、陸上部・柔道部・剣道部を強化している。  
(県ジュニアスポーツ推進事業支援校)

## 本校の活動方針

### 【部活動のねらい】

生徒が自主的・自発的に集い、顧問教諭の指導のもと、個人や集団としての目的や目標を持ち、切磋琢磨しながら、人間関係やチームワークの大切さを学ぶという部活動の意義を踏まえ、本校に設置されているスポーツコースの活性化を図ることも考慮しつつ、生徒のスポーツに親しむ能力や態度を育て、体力の向上や健康の増進を図り、生徒の自主性や協調性、責任感、連帯感などを育成して、心身ともに健全な育成を図ることをねらいとする。

### 【休養日及び活動時間】

- ・学期中は、週当たり1日以上休養日を設ける。原則として、月に2回以上は週末を休養日とし、家庭の日(毎月第3日曜日)に配慮する。
- ・1日の活動時間は、原則として平日では2時間程度、休業日では3時間程度とし、週当たり16時間を超えないことを目安とする。
- ・スポーツコースの指定競技である陸上、柔道、剣道においてはスポーツの専門的な課程を基盤としており、県支援校指定を受けていることなどから、校長の承認のもと、上記に準じた設定とする。

※活動時間は、身体的トレーニング効果が期待される主活動の時間(準備や後片付けを含む全体の時間が、部の練習時間)

### 【活動計画立案(大会参加の目安を含む)及び提出と公開】

- ・部顧問は、4月中に年間活動計画を作成する。また、月ごとの練習計画を翌月の5日前までに作成する。年間活動計画や練習計画は、本校のホームページに掲載する。

### 【研修参加及び情報の共有、保護者や外部指導者との連携】

- ・部顧問は、教育委員会等主催の研修会や各競技団体等主催の研修会に、計画的に参加し、自らの指導力を養うとともに、他の教職員への情報提供を行う。
- ・保護者に対しては、ホームページ等を通して部活動の情報提供を行う。

### 【熱中症等の事故防止について】

- ・部顧問、生徒共に、職員研修や保健の授業等を通して熱中症に対する知識を深めるとともに、熱中症計や気象庁等の情報を活用し、湿球黒球温度(WBGT)に応じた活動を行う。

### 【生徒のニーズを踏まえた運動部設置の検討】

- ・生徒数や教職員数に応じた部活動編成を行うよう、検討する。

