

令和8年度 青森県立青森南高等学校 部活動等に係る活動方針

1 部活動運営のための体制整備について

- (1) 校長は、毎年度「学校の部活動等に係る活動方針」を策定する。
- (2) 校長は、生徒や教員の数を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教員の長時間勤務解消等の観点から円滑に部活動等が実施できるように適正な数の部活動等を設置する。
- (3) 部活動等の顧問は、年間の活動計画等並びに毎月の活動計画及び活動実績等を作成し、校長に提出する。
- (4) 校長は、本活動方針を学校のホームページへの掲載等により公表する。

2 適切な部活動等推進のための取組について

- (1) 部活動等の実施に当たっては、各感染症の感染防止に努め、生徒の心身の健康管理や安全面に配慮するとともに、体罰及びハラスメントの根絶を徹底する。
- (2) 部活動等の顧問は、生徒とコミュニケーションを十分に図り、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、短時間で効果が得られる指導を行う。
- (3) 部活動等の顧問は、過度の活動が必ずしも技能等の向上につながらないこと等を正しく理解するとともに、生徒が適切な休養を取りつつ、それぞれの活動に親しむ基礎を培うことができるように努める。

3 休養日等の設定について

部活動等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、運動、食事、休養及び睡眠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) 1日の活動時間は、平日では長くとも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。
- (2) 定期試験前の期間や年末年始等の学校閉庁日等における休止日の設定も含め、年間で104日（平均して週2日）程度の休養日を確保する。
- (3) 週末に大会・コンクール等参加で活動した場合は、平日に十分な休養日を取り入れる。
- (4) 主要な大会・コンクール等を控えた時期には「ハイシーズン」として活動できることとするが、ハイシーズン中であっても週1日以上以上の休養日を確保する。
- (5) 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いで行う。
- (6) 生徒が十分な休養をとることができるとともに、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。