

# 令和7年度 世田谷中学校 部活動に関する活動方針

## ○ 学校における部活動の方針

### 1 部活動の意義・目的

部活動は、人間形成や健全育成においても多大な成果が期待できる活動である。

また、生徒が学級や学年の枠を超えて、切磋琢磨する中で、同学年の仲間、先輩・後輩とよりよい人間関係を学ぶなど、人間関係構築力や社会的資質を培うことができる。

### 2 世田谷中学校における部活動の方針

- (1) 学校において計画する教育活動として、多くの人の理解と協力のもと、生徒たちが自ら考え、工夫し、協力していけるような自主性を尊重した「魅力ある活動」が展開されるよう配慮する。
- (2) 部活動の指導・運営に係る体制を構築するため、部活動支援員及び外部指導員制度の活用、保護者・地域・学校等の連携を図る。また、部活動を通して、地域コミュニティの活性化や文化・スポーツなどの地域の絆の形成になるよう、総合型スポーツ・文化クラブ等とも連携し、体制づくりを推進する。
- (3) 運動部については、スポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」及び「東京都教育委員会運動部活動の在り方に関する方針」、「世田谷区立中学校における部活動方針」、文化部については、文化庁の「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」、「世田谷区立中学校における部活動方針」に則り、適切な部活動の在り方について検討し、実施していく。

### 3 合理的かつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

- (1) 校長及び運動部顧問は、運動部活動の実施に当たっては、文部科学省が平成25年5月に作成した「運動部活動での指導のガイドライン」に則り、生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。
- (2) 熱中症防止および感染症予防の観点から、「熱中症予防運動指針」や「新型コロナウイルス感染症に対応した持続的な学校運営のためのガイドライン」等を参考に適切に対応する。
- (3) 運動部顧問は、トレーニング効果を得るために休養を適切に取る必要があること、また、過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないことを正しく理解し、短時間で効果が得られる指導を心掛ける。文化部においても、長時間の活動は精神的・体力的な負担を伴い、望ましい生活習慣の確立の観点からも課題があるため、生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮し、活動時間を設定していく。

## ○適切な休養日等の設定方針

部活動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、本校においては以下のように設定する。

### 〈学期中〉

- (1) 練習日数については、平日を4日以内、土曜日・日曜日はいずれか1日とする。
- (2) 練習時間については、長くとも平日は2時間程度、学校の休業日（学期中の土曜日・日曜日を含む）は3時間程度とする。

※大会等の理由で、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える。

※対外試合や大会前等は、校長の許可を得て、特別に計画を組み、事後に十分に休養日を設定する。

※朝練習については、放課後の練習時間が十分に取れる日は、原則として行わないようにする。

### 〈長期休業期間中〉

- (1) 長期休業期間中休養日の設定についても、学期中に準じて活動を行う。
- (2) 生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、学校休業日を含み、夏季と冬季は1週間以上のまとまった休養期間（オフシーズン）を設ける。

※上記の他、学校が定めた日（会議日や定時退勤奨励日など）は休業日とする。

## ○本校に設置されている部活動

### 〈運動部〉

- ・剣道部
- ・サッカー部
- ・テニス部
- ・野球部
- ・バスケットボール部
- ・バレーボール部
- ・卓球部
- ・基礎トレーニング部

### 〈文化部〉

- ・パソコン部
- ・家庭科部
- ・吹奏楽部
- ・演劇部
- ・茶道部
- ・囲碁・将棋部
- ・美術部
- ・英語部
- ・奉仕活動部