



長野県野沢南高等学校 運動部活動方針

2025 年 4 月

目標	部活動を通じて、(1) ～ (5) の学校重点目標の実現を目指す。 (1) 生活習慣を確立し、自主的・自立的に行動できる生徒を育む。 (2) 学習・クラブ・生徒会活動を通じ、自己の発見や開発のできる生徒を育む。 (3) 個々に適したキャリア教育を推進し、意欲的に学習に取り組む生徒を育む。 (4) 命と人権を尊び、豊かな人間性を育む。 (5) 地域から信頼される開かれた学校づくりに努める。
運営方針	「長野県高等学校の運動部活動方針」に則り、次のように定める。 ○計画の作成について ・顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し、校長に提出するとともに、当該運動部の生徒・保護者へ情報提供を行う。 ○適切な指導について ・顧問は、本校の「危機管理マニュアル」、日本スポーツ協会「熱中症予防運動指針」、長野県教育委員会「頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート」等を踏まえ、安全に配慮した活動を行う。 ・顧問は次の点に注意する。 ① スポーツ医・科学の見地から、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。 ② 過度の練習がスポーツ傷害のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解するとともに、生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図る。 ③ 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、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。 ○休養日について ・学期中は、原則として、週当たり 2 日以上休養日を設ける。 ・平日は少なくとも 1 日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも 1 日以上を休養日とする。また、週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。 ○活動時間について ・平日のクラブ活動は 18 時 30 分までとする。 ・1 日の活動時間（身体的な活動を行う時間であり、会場への移動・準備・片づけ・ミーティング・試合前後の休憩・見学は含まない。）は、平日及び学校の休業日（学期中の週末を含む。）とともに、長くとも 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。 ・大会や練習試合等で、基準とする 1 日の活動時間を上回る場合には、他の日の活動時間を調整するなど、週当たりの活動時間にも留意する。 ・中間・期末考査の 1 週間前及び考査期間中は原則として活動は休止する。ただし、大会前等で

	やむを得ない場合は学校全体の下承を得て活動できる場合もある。 ○長期休業中の休養日・活動時間 ・長期休業中の休養日および活動時間の設定は、原則として、学期中に準じた扱いを行う。また、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、ある程度長期の休養期間を設ける。 ○大会等への参加方針 ・顧問は、生徒の教育上の意義や、生徒や運動部顧問の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会等を精査する。 ○運動部活動運営に係る協議の場について ・学校全体としての適切な指導、運営及び管理についての協議は、運動部顧問会が行う。
指導体制の工夫	○県教育委員会と連携し、学校と地域が協働・融合した形での地域のスポーツ環境の充実を推進する。また、県教育委員会が実施する部活動指導員の任用・配置や、運動部顧問等に対する研修等、スポーツ指導者の質の向上に関する取組に協力する。 ○校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各運動部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ活動を行い、教員の負担が過度とならないよう、運動部顧問会並びに安全衛生委員会と協力しつつ、指導・是正を行う。
その他	○少子化に伴い、本校単独では特定の競技の運動部を設けることができない場合には、生徒のスポーツ活動の機会が損なわれることがないよう、複数校の生徒が拠点校の運動部活動に参加できる等、関係団体と連携しながら合同部活動等の取組を模索する。 ○本方針は毎年度見直しを行い、年度当初に学校のホームページへの掲載等により公表する。