

富岡市立妙義中学校部活動方針

令和 7 年 4 月

群馬県教育委員会、富岡市教育委員会の方針に則り、部活動の適正な運営のために、妙義中学校部活動方針を策定する。

1 対象となる部活動

妙義中学校の運動部、文化部、すべての部活動

2 週当たりの休養日設定

- (1) 休養日とは、朝練習も含めて部活動を行わない日とする。
- (2) 毎週月曜日を休養日とする。但し月曜日が国民の休日や振替休日にあたる場合にはこの限りではない。
- (3) 土・日曜日は少なくとも 1 日以上を休養日とする。但し、大会参加や練習試合等により、やむを得ず土・日曜日の両日に活動する必要がある場合は、代替休養日を 6 日以内に月曜日とは別に設ける。また、代替休養日は、部として活動した場合に設けるものであり、部の一部の選手が中体連や協会等の強化選手・選抜選手等として活動した場合には設けないものとする。
- (4) 土・日曜日の代替休養日を、部活動実施日以降の 6 日以内に設けることにより、1 週 2 日以上以上の休養日を確保する。

3 活動時間・方法

- (1) 平日の活動時間は 2 時間程度とする。朝練習は原則実施しない。1 1 月、1 2 月など十分に時間がとれない場合は考慮する。実施する場合は、生徒の自発的な活動とし、保護者の了解のもと計画的に実施し、強制しない。
- (2) 休業日（土曜日・日曜日・祝日）の活動時間は、3 時間程度とする。但し、大会参加や練習試合等により、やむを得ず 3 時間程度を越えることが予想される場合は、管理職の許可を得るとともに、6 日以内に練習時間の減少や勤務の効率化を図り、該当月の時間外勤務の増加を防ぐようにする。
- (3) 休業日の 3 時間程度とは、2 時間以上 4 時間未満とする。
- (4) 文化部は、運動部に比べ体力的な負荷が少ないため、休業日の活動時間が 3 時間程度を超えることがあってもやむを得ないものとするが、その場合は、管理職の許可を得るとともに、勤務の効率化を図り、該当月の時間外勤務の増加を防ぐようにする。
- (5) 活動は、できるだけ短時間になるよう、合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングや練習に努める。さらに適切な休息や水分補給などに十分配慮し、ケガ・事故の発生リスクを最小限に減らすようにする。

4 長期休業中の休養日の設定及び活動

- (1) 長期休業中は土・日曜日を休養日とする。但し、大会参加や練習試合等により、やむを得ず土・日曜日のいずれかに活動する必要がある場合は、管理職の許可を得るとともに、代替休養日を 6 日以内に別に設ける。また、顧問は、長期休業の趣旨から、土・日曜日の両日に練習を計画しないようにする。なお、部の一部の選手が中体連や協会等の強化選手・選抜選手等として活動した場合には代替休養日は設けないものとする。
- (2) 長期休業中の活動時間は 3 の (2) (3) (4) (5) と同じとする。
- (3) 長期休業中の「閉庁等で行事を組まない期間（年末年始、お盆等）」は、部活動は行わない。但し、中体連の関東大会及び全国大会へ出場するために、やむを得ず練習を行う必要が生じた場合には、顧問は管理職に 3 時間程度の練習を願い出て許可を得るものとする。

5 安全管理

熱中症防止の観点から、WBGT等を参考に高温注意時には、活動の中止や休憩時間及び休憩場所の確保、注意喚起を行うなどの適切な対応をとる。

6 時間外勤務

部活動顧問は、活動時間を計画的・効率的に運用し、1 ヶ月間の部活動指導を含めた時間外勤務が 4 5 時間を超えないようにする。