

# 令和7年度 安曇野市中学校スポーツ活動方針

安曇野市教育委員会

項 目	安曇野市中学校スポーツ活動方針
休養日の設定	<p>○学期中 週当たり2日以上</p> <p>【原則】週の普通日に1日設定する 土日のどちらか1日は休養日とする</p> <p>◎ただし、週末に大会や練習会等で土日両日や土日どちらか3時間30分を超え、終日等の活動をした場合は、翌週の普通日に1日休養日を増やしたり、他の週末に休養日を設定する（計2日間の休養日の設定）</p> <p>《<b>拠点校部活動の場合</b>》 土日と2日間連続の活動は常態化しない 土日連続での練習（大会）、及び休日に一日単位で練習試合等行った時は、普通日に2日間休養日とする</p>
1日の活動時間	<p>○平日 長くて2時間15分以内とする（準備・片付け・顧問の話を含む）</p> <p>○学校休業日（週末を含む） 準備・片付け・移動等は含まないで3時間30分以内とする（文化部方針との整合）</p>
朝部活動について	<p>「自主練習」は約束を守れば行ってよい 《通年可》</p> <p>《自主練習の約束》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>i 地域の方の見守りを必ずつけて安全確保を図る（できる限り複数体制を）</li> <li>ii 個人の希望によるもので強制はしない</li> <li>iii 個人練習を中心に行い、顧問の指導下の組織的な練習をしない</li> <li>iv 生徒・保護者・顧問の合意の元、校長許可を得る</li> <li>v 希望生徒が自主的に安全に練習できるように顧問は事前に支援を行う 〔生徒の自主性を育て支援する機会〕</li> <li>vi 練習時間は30分を超えない範囲で決める</li> </ul> <p>◇9月当初から3月末までの期間は、放課後の活動時間を補うため部活動として行ってもよい〔但し、放課後に延長部活を行う日は、 朝練習（部活動）は行わない。自主練習は可〕</p> <p>《部活動として行う場合の約束》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>i 生徒・保護者・顧問の合意の元、校長許可を得る</li> <li>ii 指導する学校職員が現場にいることを原則</li> <li>iii 練習時間は30分を超えない範囲で決める</li> </ul> <p>※この期間に「自主練習」を行う学校は、地域の方の見守りを必ずつける</p>
社会体育活動への移行	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社会体育のクラブは、「部活動の延長上の社会体育」と誤解されないように、必ずスポーツ協会（競技協会等）、スポーツ少年団、総合型地域スポーツクラブ、に属し認められたクラブとする。上記に属さず、各校ごとに部活動と同じメンバーで顧問がそのまま指導者となるようなクラブは行わない</li> <li>・「<b>地域クラブ</b>」への移行を進める努力をする</li> </ul>

<p>スポーツ活動 運営委員会</p>	<p>「〇〇中学校区 スポーツ・文化部活動運営委員会」という名称で設置し、 会議を行う（年に1～2回実施） （学校、保護者、部活動指導員、外部指導者、スポーツ協会、スポーツ少年団、 市教育委員会、地域のスポーツ指導関係者等の参加）</p>
<p>長期休業中</p>	<p>○休養日 【原則】全休業日数（閉庁日を含む）の半分以上として設定する ◎1週間のうち、土日の両日を入れて5日間連続では行わない ◎吹奏楽と合唱は夏休み中に大会があるが、1週間に1日は必ず休養日を 設定する ○1日の活動時間 ◎準備・片付け・移動等は含まないで3時間30分以内とする ※開始時刻は、平日の活動開始時刻を目安に各校で無理なく決定する ○活動日 できるだけ平日（普通日）に行うことが望ましい。 ※保護者送迎のため平日に難しい練習試合や大会参加（土日開催）の場合、 翌週または前週の普通日（土日を含まない）の練習は、多くて3日間とする （必ず2日以上休養日を設定する）</p>
<p>その他 ○練習試合や大会 （中体連以外の）への 参加について  ○冬季の延長部活（放 課後）について</p>	<p>常態化せずに活動時間や出発時刻などを十分に配慮する。また、遠征が終日にな る場合は、翌週の土日を休養日にするか、翌週の普通日2日間を休養日に設定 県内なら参加を可能とするが、宿泊は不可 学校長、事務職員と相談し、保護者の同意のもと実施を検討する 夏の大会と新人大会前の各1回を目安とする （職員の旅費は学校の計画の中で執行する） ※なお、新人の各競技協会主催の上位大会は中体連主催大会と同等に扱う  練習時間確保のため実施してもよい 活動時間は長くても2時間15分以内とする（準備・片付け・顧問の話を含む） 5時間授業日は、活動時間・家庭の迎え時刻を加味し下校時刻を決める （回数は多くても週2回までとする。参加の強制はしない。野外部活は体育館内 で工夫を。保護者への協力を依頼。相乗り送迎は自粛を呼びかける） ☆実施の可否（回数、時間等を含む）は各校で決め、生徒・家庭の理解を 図る</p>

☆ 部活動の目ざすところ “未来を拓くたくましい安曇野の子ども”

☆ 部活動へ期待するもの

「気力・体力の充実を図り、自ら考え、判断し、行動する力の育成」

＜自ら動く児童生徒、学び続ける教師、地域へ飛び出す＞

「安曇野らしいスポーツ活動のあり方」を構築する（見直しと更新の継続）