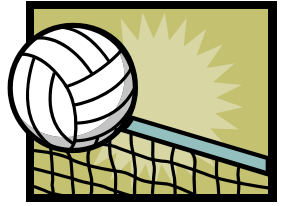


津市立中学校部活動指針の改定 ご理解・ご協力をお願いします！

津市立の各中学校及び義務教育学校は、平成29年5月に策定された津市立中学校部活動指針を基に、部活動を運営してまいりました。

このたび、平成30年3月にスポーツ庁及び三重県教育委員会が「部活動ガイドライン」を作成したのを受け、津市教育委員会では、部活動指針の見直しを図り、平成30年10月1日から新しい指針のもと部活動が運営されます。

津市立中学校部活動指針に基づいた部活動運営について、ご理解とご協力をお願いします。



① なぜ部活動指針を策定したの？

部活動は、学校教育活動の一環として、良好な人間関係を培う場であり、生徒の心身の成長に大きな役割を果たす活動です。一方、部活動において、休養日がほとんどなく長時間にわたる過度な活動から、生徒がスポーツ障害を発症することや、教員の時間外労働時間が増えて負担を感じる教員がいることなど、さまざまな課題が生じています。

津市教育委員会では、スポーツ医・科学の視点から、生徒の健やかな成長や教員の負担軽減を図り、部活動が、より一層有意義な活動となるための指針として策定しました。

② 部活動の意義は？

- ◎ 個人や集団としての目的や目標を持ち、互いに競い、励まし、協力する中で友情を深めたり仲間や指導者と関わったりすることを通して、自主性、協調性、責任感、連帯感等を育成します。
- ◎ スポーツ・文化などを通して、生涯にわたって豊かな生活を営む資質や能力を育てます。
- ◎ 体力の向上や心身の健康の増進を一層図ることができます。
- ◎ スポーツ・文化、芸術などの楽しさや喜びを味わうことができます。



③ 成長期の過度な活動が及ぼす影響は？

体の発育発達が不安定な時期の過度な活動や効果的でない運動は、生徒の心身に大きな負担を与え、スポーツ障害の原因になります。中学生頃は、呼吸・循環器系が発達する時期で、過度な負荷・オーバーワークは禁物であると言われています。国の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン作成検討会議」資料によると、1週間あたりのスポーツ活動時間が、“年齢×1時間”より多い場合には、スポーツ外傷・障害、特に重いスポーツ障害が発生する可能性が高かったというオーバートレーニングによる調査結果が注目されています。

④ 部活動の休養日や活動時間はどうなるの？

【休養日について】

- 1週間のうち、2日は休養日を設定します。(うち1日は、土曜日または日曜日とします。)

【活動時間について】

- 平日は、2時間以内とします。
土・日曜日及び休日(長期休業期間を含む)に活動する場合は、4時間以内とします。

※ 土・日曜日及び休日において、大会や練習試合等により、やむを得ず休養日や活動時間を変更する必要がある場合は、顧問が事前に活動計画等により、校長の承認を得たうえで実施します。

