

保護者の皆様

運動部活動に係る活動方針

呉市立広中央中学校
校長 藤原 敏宏

今年も残すところあと 10 日となりました。保護者の皆様にはご健勝のこととお喜び申し上げます。また、平素から本校教育へのご理解ご協力ありがとうございます。

さて、呉市教育委員会は、今年 12 月に部活動に係る活動方針を策定しました。その中で、運動部活動における休養日及び活動時間について、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、スポーツ 医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究も踏まえ、以下を基準とすることとしています。

「部活動に係る基本方針」（呉市教育委員会）

○ 休養日及び活動時間の基準

■ 学期中

週当たり 2 日以上 of 休養日を設ける。なお、平日は定時退校日と併せて少なくとも 1 日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも 1 日以上を休養日とし、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。

■ 長期休業中

学期中に準じた扱いを行う。ただし、部活動を教師の正規の勤務時間内に行うことにより、部活動を行った日においても教師の定時退校が可能であることから、部活動単位で設定することも可能とする。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（オフシーズン）を設ける。

これを受けて、広中央中学校では、1 月以降の部活動の休養日を次のように設けることとしました。

■ 学期中

水曜日を休養日とする。（朝練も実施しない。）

土曜日および日曜日については、体育館・運動場の割り当てがあるため、部活動ごとにそのどちらかを休みとする。大会等に参加した場合には、その週の課業日または、翌週以降の土曜日・日曜日を休みとする。

※詳細については各部の顧問の指示に従ってください。

■ 長期休業中

長期休業前に各部ごとに計画を提示する。

ご協力をよろしくお願いいたします。

なお、基本方針等につきましては、今後校内で協議を進め、順次決定していくようにしております。