

水戸市

部活動の活動方針

(令和8年9月改定版)



令和8年9月
水戸市教育委員会

目 次

I	策定の趣旨	2
II	部活動に係る活動方針	3
1	適切な休養を確保するための活動時間管理の徹底	3
(1)	適切な休養日等の設定	3
(2)	学校単位で参加する大会等の見直し	4
2	適切な運営のための体制整備	4
(1)	望ましい運営体制の構築	4
(2)	合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組	5
(3)	方針・計画・実績の公表と検証	6
3	生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備	7
(1)	生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備	7
(2)	地域展開の推進	7
4	学校の働き方改革を踏まえた運営体制の構築	8
(1)	複数顧問制の推進等	8
(2)	大会等の運営や役員業務の見直し等	8
(3)	休日の地域クラブとの連携等	9

《参考資料》

- 1 「茨城県 部活動の運営方針（改訂版）」
令和4年12月 茨城県教育委員会
- 2 「望ましい運動部活動の在り方（五訂版）」
令和6年3月 茨城県教育庁学校教育部保健体育課
- 3 「水戸市休日の地域クラブ活動ガイドライン」
令和8年9月 水戸市教育委員会

I 策定の趣旨

「水戸市部活動の活動方針」（以下、「市活動方針」という。）は、少子化の中でも将来にわたり、生徒がスポーツ・文化芸術活動に継続して親しむことができる機会を確保することを目指し、学校部活動が生徒にとって望ましいスポーツ・文化芸術環境となるよう、適正な運営や効率的・効果的な活動の在り方について示すとともに、令和８年９月から新たに実施される休日の地域クラブ活動との連携に必要な対応について示すものである。

学校部活動は、学校教育の一環として、生徒の自主的、自発的な参加により行われ、体力や技能の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教職員等との好ましい人間関係の構築を図り、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、学校という環境における生徒の自主的で多様な学びの場としての教育的意義を有している。

しかし、少子化が進展する中、学校部活動を従前と同様の体制で運営することは難しくなっており、学校や地域によっては存続が厳しい状況にある。また、専門性や意思に関わらず教職員が顧問を務めるこれまでの指導体制を継続することは、学校の働き方改革が進む中、より一層厳しくなっている。

今後、生徒の豊かなスポーツ・文化芸術活動を実現するためには、学校と地域との連携・協働により、学校部活動の在り方に関し速やかに改革に取り組み、生徒や保護者の負担に十分配慮しつつ、持続可能な活動環境を整備する必要がある。

国のガイドラインによれば、県の方針を参考に、市町村が活動方針を策定し、さらに、これらの方針に則り、各学校が活動方針を定めることとされている。

そのため、市活動方針は、市立中学校・義務教育学校（後期課程）16校の部活動を対象として、小学校（義務教育学校前期課程を含む。）段階においても、学校教育の一環として行われるものについては、学校において、児童の発達の段階や教職員の勤務負担軽減の観点を中心に十分に考慮し、休養日や活動時間に配慮する必要があることから、部活動に準ずることとする。

各学校においては、水戸市教育施策大綱の具現化に向け、全ての生徒にとって望ましい運動・スポーツ環境、芸術文化等の活動を構築するという観点に立ち、部活動が地域、学校、競技種目、分野、活動目的に応じた多様な形で実施されることを目指す。

また、本市では平日の部活動の形態は維持しつつ、休日の部活動は地域クラブに移行することで、児童生徒が将来にわたり、スポーツ文化芸術活動に継続して親しむことができる機会を確保することとした。

Ⅱ 部活動に係る活動方針

1 適切な休養を確保するための活動時間管理の徹底

(1) 適切な休養日等の設定

校長は、各部活動の活動時間、休養日等を次のとおり設定し、学校ホームページや学校便り等で公表する。

【活動時間の遵守】

学期中・長期休業中	○ 1 日の活動時間 (準備、片付け、移動時間を含まない。) ・ 平日は 2 時間を上限 ・ 休業日に実施する場合は、3 時間を上限 ○ 原則として朝の活動は行わない。 ※ 特例で実施する場合、1 日の活動時間の上限の範囲で実施すること。 ※ 例えば、大会 1 か月前から無条件で朝の活動を実施するような活動計画は、生徒の心身の健康を守る観点から不適切である。 ○ 週合計 11 時間を上限とする。 ○ 休日(土・日曜日)に部活動を実施する場合は、公式大会(総体・新人戦)前等、特に活動が必要な場合のみ特例として認めることとするが、休日の地域クラブ活動が年間の活動計画に基づき活動していることから、必ず地域クラブ指導者との連携を図る。
-----------	---

【休養日の設定】

学期中・長期休業中	○ 週当たり 2 日以上 ・ 平日 1 日以上 ・ 休日(土・日曜日)に実施する場合は、1 日以上 ※ 週末の大会等への参加により、土・日曜日に連続して活動した場合は、平日に振り替える。 ○ 長期休業中は、1 週間以上の連続した長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。 ○ 地域クラブが部活動の受け皿となる趣旨を踏まえ、休日(土・日曜日)の活動は部活動または地域クラブのいずれかの活動となるよう計画する。 ○ 地域クラブ活動に所属する生徒の体調も考慮し、過度な負担とならないよう計画する。
-----------	---

【完全休養期間】

夏季休業中 冬季休業中	○ 8 月 13 日～8 月 15 日 ○ 12 月 29 日～1 月 3 日 ※ ただし、この前後に設けられる閉庁日についても部活動をなしとする。 ※ 大会等がある場合には前後に設定する。
定期試験前	○ 各学校の実態に応じて設定する。

【冬季活動期間】

11 月から 1 月までの 3 か月間を冬季活動期間とし、学校全体で、短時間で効率的・効果的な活動ができるよう工夫する。また、複数のスポーツ・文化芸術活動等を幅広く経験できるように努める。

(2) 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 参加する大会数の上限の目安

- 各学校の大会参加数は、総合体育大会・新人体育大会を含め、1 か月当たり 1 大会を目安とする。各種コンクールは 1 か月当たり 1 大会を目安とする。ただし、休日の地域クラブ活動が年間の活動計画に基づき活動していることから、特例として休日に地域の大会等に参加を希望する場合は、地域クラブ活動と連携し、地域クラブ活動を中止する等、必ず地域クラブ指導者との連携を図る。
- 部顧問は、参加する大会等について、毎月の部活動計画表に記載し、校長に提出する。

イ 大会参加に係る事前確認・検証

- 校長は、大会参加数が過多でないか、休養日が適切に振り替えられているか等について厳格に判断し、適切な是正指導を行い、その上で、活動計画を学校ホームページへ掲載し、公表する。
- 市教育委員会は、各学校の活動報告・活動実績を調査する中で、大会参加数が過多でないか、休養日が適切に振り替えられているか等について、必要な是正指導を行い、適切な運用を徹底する。

2 適切な運営のための体制整備

(1) 望ましい運営体制の構築

ア 生徒による主体的な企画・運営の導入

- 校長及び部顧問は、生徒・保護者に対し、部活動は生徒の自主的自発的な参加による活動であり、加入は任意であることについて周知徹底する。
- 校長及び部顧問は、部活動の企画・運営が、生徒による主体的なものとなるよう、可能な限り、生徒が自ら活動計画等を立案し、運営・検証し、その過程で必要に応じて部顧問に技術指導等を求めるなどの運営体制を構築する。

イ 費用負担、部活動の位置付けの見直し

- 部活動は任意加入であり、その参加費や旅費等は本来受益者負担が原則であることを踏まえ、校長は、部活動に係る費用の徴収方法や、中体連・高体連等や関係団体への登録費・大会参加費等への拠出の在り方について全保護者の理解を得るとともに、適切になるよう見直す。
- 現在、各学校において任意加入である部活動が教育課程としての生徒会組織に位置付けられている場合、校長は、部活動の参加費や

旅費等への生徒会費の拠出の在り方を見直すとともに、部活動加入生徒のみで構成する組織を構築するなど、部活動未加入生徒やその保護者に十分配慮した仕組みとなるよう、必要な見直しを行う。

- P T A・後援会・振興会等から部活動に係る費用を充当している場合、校長は、全保護者に対し、P T A・後援会・振興会等への加入前に充当について説明し、理解を得るとともに、部活動加入生徒の保護者等で構成する組織を構築するなど、部活動未加入生徒とその保護者に対し十分に配慮する。

- 各学校は、地域クラブで活動する生徒が、関係団体への登録費・大会参加費等を重複して納入することがないように配慮する。

ウ 部顧問の委嘱等

- 部顧問の決定に当たり、校長は、校務の精選を図り、教育課程の着実な実施とそれに付随する業務が効率的・効果的に推進できる組織体制を構築した上で、部活動指導員の配置状況を勘案しながら、可能な限り、部活動加入生徒が充実した活動ができるよう体制を構築する。

- 校長は、各部の毎月の活動計画、活動実績等を確認し、各部の活動状況の把握に努めるとともに、生徒が安全に活動し、かつ生徒及び部顧問の負担が過度とならないよう、必要な支援と是正指導を行う。

(2) 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

ア 部顧問対象研修の設定

- 市教育委員会は、部活動指導員の任用・配置に当たり、定期的な研修の機会を設定する。
- 市教育委員会及び学校は、競技や実技の指導経験のない部顧問等を対象とした研修会を設け、部顧問の資質及び指導力の質的な向上を図る。

(参考) 部活動指導員学習会における研修内容

- ・限られた時間での合理的・効果的・効率的指導方法
- ・科学的なトレーニング理論
- ・冬季活動期間の実践メニュー 等

- 学校は、市教育委員会や各種団体等が行う部顧問対象の研修、部活動指導員の募集・研修等に協力する。

イ リスクマネジメントのための専門的指導力を高める取組

- 運動部顧問は、科学的な見地に基づき最大のトレーニング効果を得るため、計画的に休養日を設定することが必要なこと、また、過度の練習はスポーツ障害・外傷のリスクを高め、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。

また、専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭、学校医及びアスレティックトレーナーを含む有資格者等と連携・協力して、発育・発達の個人差をはじめ、特に成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

- 文化部顧問は、生徒が生涯にわたって文化・芸術・科学等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

に図り、生徒がバーンアウト（燃え尽き症候群）することなく、それぞれの目標を達成できるよう、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。

ウ 熱中症の防止

- 校長は、生徒の生活や健康に留意するとともに、熱中症事故の防止等の安全確保を徹底するため、「熱中症予防運動方針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、部活動の実施について適切に判断する。また、気象庁の高温注意情報や環境省熱中症予防情報サイト上の暑さ指数等の情報に十分留意し、気温・湿度などの環境条件に配慮した活動を実施する。その際、屋内外に関わらず、活動の中止や延期、見直し等柔軟な対応を検討すること。特に、暑さ指数（WBGT）が31℃以上の場合は、屋外の活動を原則として行わない。
- 水戸市中学校体育連盟及び校長は、高温や多湿時においては、大会や練習試合、練習等について、延期や見直し、中止等、柔軟な対応を行う。また、止むを得ない事情により開催する場合には、参加生徒の体調の確認（睡眠や朝食の摂取状況）、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得、観戦・観覧者の軽装や着帽等、生徒の健康管理を徹底する。万が一、熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期の水分・塩分の補給や体温の冷却、病院への搬送等、迅速かつ適切な対応を徹底する。

エ 事故、体罰、ハラスメントの防止

- 校長及び部顧問は、部活動における、生徒の心身の健康管理（障害・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）及び体罰・暴力・いじめ・暴言・ハラスメントの根絶を徹底する。

(3) 方針・計画・実績の公表と検証

ア 方針等の策定等

- 校長は、「茨城県部活動の運営方針（改訂版）」及び「市活動方針」に則り、毎年度「学校方針」を策定する。
- 部顧問は、次の計画及び実績を作成し、校長に提出する。

年間の活動計画	平日・休日における活動日・休養日・参加予定大会等
毎月の活動計画	活動日時・場所、休養日、大会参加日時等
毎月の活動実績	

- 校長は、学校方針・年間活動計画、月間活動計画・月間活動実績を学校ホームページへ掲載し、公表する。
- 部活動に対する保護者の考え方が多様化していることから、活動方針について年度初めのPTA総会や保護者会等で、十分に説明を行い理解を求める。また、学校公開等の機会を通して、部活動見学等を行う。

- 毎月の活動計画等をホームページへ掲載した際には、保護者へ周知し、生徒・保護者が休養日等に家族との計画が立てやすいように配慮する。
- イ 活動状況の検証とフォローアップ
 - 校長は、毎月の活動計画・活動実績により、各部活動の活動状況を把握し、必要な支援や是正指導を行うなど適切な運用を徹底する。
 - 市教育委員会は、各学校の活動計画・活動実績を毎学期、ホームページ等で確認し、必要な支援や是正指導を行い、適切な運用を徹底する。

3 生徒の多様なニーズを踏まえた活動環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

- ア 多様な志向への対応例
 - 校長及び部顧問は、シーズン制の導入等により、複数のスポーツ・文化芸術活動等を幅広く経験できるよう努める。
 - 校長及び部顧問は、活動日数や活動時間を不断に見直し、生徒が希望すれば、特定の種目等だけでなく、科学を含む他の分野の部活動や、地域での活動も含めて様々な活動を同時に経験できるようにする。
- イ 誰もが参加できる活動の工夫
 - 校長及び部顧問は、運動が苦手な生徒や障害のある生徒も参加しやすいよう、スポーツ・文化芸術活動に親しむことを重視し、一人一人の特性に応じた課題や挑戦を大切にすることや、過度な負担とならないよう活動時間を短くするなどの工夫や配慮に努める。
 - 校長及び部顧問は、地域の特別支援学校等との合同練習を実施するなど連携を図る。

(2) 地域展開の推進

- ア 休日の地域クラブ活動
 - 市は、令和8年9月から水戸市立小・中学校及び義務教育学校に在籍する児童・生徒が将来にわたり、スポーツ・文化芸術活動に継続して親しむことができる機会を確保していくことにより、児童・生徒の学習環境をはじめとする小・中学校等の教育環境の改善を図ることを目的として、土曜日又は日曜日における水戸市休日の地域クラブ事業を行う。
- イ 部活動時間の縮減等
 - 市教育委員会及び校長は、活動日を減じるなどにより、生徒が部活動以外の様々な活動にも参加できるよう対策を講じる。
併せて、既存の部活動以外に、学校の設置者や地域のスポーツ・文化芸術活動関係団体との連携を強化し、生徒の多様な志向に応じた活動ができる場を地域等に設定するよう働きかける。
 - 校長及び部顧問は、部活動以外の地域クラブ活動等に生徒が参加するに当たっては、生徒が互いの志向が多様であることを認め合えるよう、生徒・保護者に対して理解を促す。

ウ 地域展開と地域クラブ活動の環境整備への協力

- 市教育委員会は、県教育委員会が定める兼職兼業に係る要項に準じ、各学校の教職員に対して、本人及び学校全体の公務の遂行に不均衡や支障を生じさせない等の範囲において、兼職兼業について適切に承認する。
- 学校は、地域クラブ活動やその指導者の資質向上に係る研修等の取組をはじめ、地域のスポーツ・文化芸術活動関係団体が主催する事業に、可能な範囲で協力する。

4 学校の働き方改革を踏まえた運営体制の構築

(1) 複数顧問制の推進等

ア 部活動数の精選と複数顧問制の推進

- 校長は、生徒及び教職員の数、部活動指導員等の配置状況等を踏まえ、生徒の安全確保、指導内容の充実と、部活動指導業務の適正化を図る観点から、円滑に部活動の運営が実施できるよう、部活動数を精選するとともに、複数顧問交代による単独指導の原則を徹底する。

イ 部活動指導員の活用

- 市教育委員会は、各学校の生徒や教職員の数、校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員の任用に努め、学校に配置する。
また、任用・配置に当たっては、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の対応を適切に行うこと、生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないこと、服務（校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）を遵守すること等に関し、任用前及び任用後において継続的に研修を行う。

ウ 休養日の振替の徹底

- 校長及び部顧問は、「1-(1)適切な休養日等の設定」で示した休養日の振替を徹底する。
 - ・大会等への参加により休日に部活動として連続して活動した場合、休養日を他の平日に振り替える。

(2) 大会等の運営や役員業務の見直し等

ア 大会等の運営の在り方を見直し

- 市中体連等は、大会の組合せや打合せ会議について、可能な限り対面によらず、デジタル化・オンライン化するなどの改善を図る。
- 市中体連等は、大会等の運営について、競技団体や保護者等の人材の確保へ向け、広く働きかけ、教職員によらない体制を構築する。

(3) 休日の地域クラブ活動との連携等

ア 学校施設・整備の有効活用

- 地域クラブの活動は、原則学校の施設・設備・用具を活用するため、地域クラブが優先的に利用できるよう市と学校が調整をする。

イ 一貫した指導のための情報共有

- 地域クラブと学校は、生徒への一貫した指導環境を構築するため、指導方針や配慮事項、活動状況についてアプリ等を活用して、必要に応じ相互に情報を共有する。

ウ 教職員の兼職兼業

- 地域クラブでの指導を希望する教職員については、本人の意思を尊重し、学校運営に支障がない範囲で兼職兼業の許可手続きを行う。
なお、地域クラブでの指導を希望する教職員は学校長を通じて、水戸市学校管理課宛てに兼職兼業承認願を必ず提出する。