

「ノークラブデー」の取組の推進について（通知）

現行の中学校の学習指導要領において、部活動は、「学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものであること」、「休養日や活動時間を適切に設定することも必要であること」等が示されています。

運動部活動については、スポーツ医・科学の観点からも、トレーニング効果を得るために休養を適切に取ることが必要であること、と指摘されています。

また、文化部の長時間に及ぶ活動についても課題となっており、生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から休養を適切に取ることが求められています。

さらに、教職員の負担軽減や健康管理の観点からも、下記の内容を踏まえ、「ノークラブデー」の適切な設定について周知のうえ、各校の状況に応じた取組の一層の推進をお願いします。

記

1. 「ノークラブデー」の明確化について

部活動を行わない日を学校又は部活動毎に設定し、「ノークラブデー」として明確にする。職員室内や部活動用の連絡板等に表示するなど、教職員及び生徒の意識をより一層高めることができるよう工夫する。

- ・原則として、学期中は週当たり2日以上休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。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。）
- ・1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む）は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。
- ・長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養をとることができるとともに、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。

2. 活動計画について

活動計画は種目及び活動内容、活動環境、生徒の興味・関心や体力等、予定している大会等により違いはあるが、年間を通して調和のとれるよう計画を立てることが必要である。年間にわたって、合理的に活動すると成果を高めるだけでなく、気分転換にもなり学習等への効果も期待できる。

部活動顧問は、年間の活動計画並びに毎月の活動計画及び活動実績を作成し、管理職に提出する。作成した活動方針及び活動計画等は保護者に対しても十分周知すること。