

部活動における休養日・練習時間等の設定について

○ 休養日・練習時間等の設定について

文部科学省が平成 9 年 12 月に公表した「運動部活動の在り方に関する調査研究報告（中学生・高校生のスポーツ活動に関する調査研究協力者会議）」の「運動部における休養日等の設定例」を基準として、学校長のマネジメントのもと、次のとおり取り組むこととする。

【休 養 日】

- ・中学校の部活動では、週当たり 2 日以上 of 休養日を設定する。
- ・高等学校の部活動では、週当たり 1 日以上 of 休養日を設定する。

【練習時間】

効率的な練習を行い、長くても

- ・平日は、2～3 時間程度以内
 - ・週休日は、3～4 時間程度以内
- とする。

○ 今後の方向性

- ・文部科学省が、平成 30 年 3 月末を目途に策定する予定のガイドラインにより、現行の設定を見直し、平成 30 年度の基準について新たに検討する。
- ・国から示されるガイドラインについては、運動部活動に関してのものとなる可能性があるが、大阪市においては文化部含む、すべての部活動として考えている。

○ 参 考

- ・平成 29 年 1 月 6 日付け 28 ス庁第 540 号「平成 28 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果の取扱い及び活用について（通知）」において、「今回の調査で明らかとなった結果を踏まえて、一週間の中で休養日を設定していない学校や、一箇月の中で土曜日や日曜日の休養日を設定していない学校においては、学校の決まりとして休養日を設定すること等を通じて、運動部活動の適切な運営を図ること。」とある。
- ・また、文部科学省においては、平成 29 年度に部活動に関する総合的な実態調査等を行い、平成 30 年 3 月末を目途に、スポーツ医・科学の観点や学校生活等の影響を考慮した練習時間や休養日の設定を含む「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン(仮称)」を策定することとしている。