

# 東京都立千歳丘高等学校 部活動に関する活動方針

## ○本校の部活動方針

- ① 学校と地域との連携・協働により、学校部活動の改革に取り組み、生徒がスポーツ・文化芸術活動に継続して親しめるよう、環境を整備すること。
- ② 学校部活動及び地域クラブ活動において、生徒の自主的・自発的な参加になるよう、指導体制を構築すること。
- ③ 技能や記録の向上等、生徒がそれぞれの目標を達成できるよう、科学的トレーニングの積極的な導入等により、短時間で効果が得られるようなより合理的でかつ効率的・効果的な活動を行うこと。
- ④ 成長期にある生徒が、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、休養日や活動時間を適切に設定すること。
- ⑤ 学校部活動の地域移行を見据え、学校部活動において専門的な技術指導に加え、大会引率等ができる部活動指導員及び外部指導者を積極的に配置するなど、教職員の負担軽減を踏まえ、地域と連携して指導体制を整備すること。

## ○適切な休養日等の設定

東京都教育委員会「部活動の在り方に関する方針」を遵守し、以下の項目を重視して実践する。

### 【休養日】

- ① 学期中は、週当たり 2 日以上の休養日を設ける（平日は少なくとも 1 日、週休日は少なくとも 1 日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える。）。
- ② 長期休業中の休養日の設定についても、「1」に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取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。

### 【活動時間】

1 日の活動時間は、長くとも学期中の平日では 2 時間程度、週休日（祝日等を含む。）及び長期休業中は 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。

## ○本校設置の運動部 14 部

硬式野球部 卓球部 男子バスケットボール部 女子バスケットボール部  
男子バレー部 女子バレー部 男子テニス部 女子テニス部  
陸上競技部 水泳部 サッカー部 剣道部 ダンス部 バドミントン部

## ○本校設置の文化部 9 部

合唱部 吹奏楽部 演劇部 軽音楽部 美術部 創作部 茶道部 天文部 パソコン部

## ○本校設置の同好会 1 部

テーブルゲーム同好会