

名古屋市立学校部活動等 活動日・活動時間の基準

平成30年	5月30日	教育長決裁
平成30年	6月5日	施行
令和3年	3月31日	一部改正
令和3年	9月1日	一部改正
令和5年	4月1日	一部改正
令和6年	4月1日	一部改正
令和6年10月	1日	一部改正
令和7年10月	1日	一部改正

1 趣 旨

本基準については、児童生徒にとっても、指導者にとっても、より安全で充実した活動となるよう、名古屋市立の学校における部活動等の活動日・活動時間の基準を示すものである。

2 活動日・活動時間の基準

成長期にある児童生徒が、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、次のような基準とする。

(1) 小学校における新たな運動・文化活動

ア 学期中における通常の校内での練習（※注1）

（ア）活動日は、週3日以内とする。

（イ）活動時間は、1日1.5時間以内とする。

（ウ）学校休業日（土・日曜日、祝日）は、休養日とする。

イ 長期休業期間中における通常の校内での練習

原則として活動は行わない。ただし、大会等への参加および参加に必要な練習は除く。

(2) 中学校部活動

ア 学期中における通常の校内での練習

（ア）土・日曜日以外の活動

活動日は、週4日以内とする。（土・日曜日に、公式戦（※注2-1）や公式戦を除く各種大会及び練習試合への参加により、2日間連続して活動した場合は、月曜日を休養日に振り替える。）

平日の活動時間（朝練を含む。）は、4月から9月までにおいては1日2時間以内、10月から3月までにおいては1日1.5時間以内とする。（※注2-2）祝日の活動時間は、1日3時間以内とする。

（イ）土・日曜日の活動

活動は行わない。

イ 長期休業期間中における通常の校内での練習

週5日以内、1日3時間以内での活動とする。土・日曜日、祝日は、原則として活動は行わない。

ウ その他

- (ア) 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、1週間以上のまとまった休養期間（オフシーズン）を設ける。
- (イ) 各学校において、生徒の教育上の意義や生徒や顧問の負担が過度にならないことを考慮して、公式戦を除く各種大会及び練習試合への参加は、年間10日間（土・日曜日に参加するものにあっては年間6日間）を上限とし、参加する大会等を精査する。
- (ウ) 生徒の下校時の安全や負担を考え、季節に応じて下校時刻を調整するなどの工夫を行う。
- (エ) 部合宿は、禁止とする。

(3) 高等学校部活動

ア 学期中における通常の校内での練習

- (ア) 活動日は、週5日以内とする。

平日は少なくとも1日、土・日曜日は少なくとも1日を休養日とする。（土・日曜日に、大会等への参加により、2日間連続して活動した場合は、月曜日を休養日に振り替える。）

- (イ) 活動時間は、平日は1日2時間以内（朝練を含む）、学校休業日（土・日曜日、祝日）は1日3時間以内とする。

ただし、活動日及び活動時間は、学校の特色や生徒の意思に留意した運用とする。

イ 長期休業期間中における通常の校内での練習

週5日以内、1日3時間以内での活動とする。土・日曜日、祝日は、原則として活動は行わない。ただし、活動日及び活動時間は、学校の特色や生徒の意思に留意した運用とする。

ウ その他

- (ア) 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、1週間以上のまとまった休養期間（オフシーズン）を設ける。
- (イ) 各学校において、生徒の教育上の意義や生徒や顧問の負担が過度にならないことを考慮して、参加する大会等を精査する。
- (ウ) 生徒の下校時の安全や負担を考え、季節に応じて下校時刻を調整するなどの工夫を行う。

(4) 「ノー部活デー」及び「ノー部活ウィーク」の設定

以下のように、「ノー部活デー」及び「ノー部活ウィーク」を設定する。

ただし、高等学校については、学校の特色や生徒の意思に留意した運用とする。

ア 「ノー部活デー」の設定

- ・毎月第3日曜日の「家庭の日」を「ノー部活デー」とする。（公式戦を除く）
- ・大会の翌日を「ノー部活デー」とする。
- ・職員会議の日及び運動会、学芸会等の行事日を「ノー部活デー」とする。
- ・「学校における働き方改革に向けた小・中・特別支援学校の取組について」（令和5年12月6日付け教育長通知）により4時間授業日を設定した場合、当該4時間授業日を「ノー部活デー」とする。

イ 「ノー部活ウィーク」の設定

- ・年末年始の仕事納めから仕事始めの期間を「ノー部活ウィーク」とする。

- ・定期テスト前1週間を「ノー部活ウィーク」とする。（※注3）
- ・夏季休業中の学校閉庁日を「ノー部活ウィーク」とする。（※注4）

3 部活動等の指導にあたっての留意事項

- (1) 本基準の運用にあたっては、部活動等指導者のみならず、すべての教職員等が共通認識をもって取り組むこと。
- (2) 中学校、高等学校においては、部活動の活動方針、活動計画を学校ホームページへの掲載や部活動だより等により公表すること。
- (3) 部活動等の運営については、活動日・活動時間に関する事項を除き、スポーツ庁及び文化庁が令和4年12月に策定した「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン」のほか、「楽しく充実した部活動」の趣旨に則り、社会状況の変化を勘案し、適切に行うこと。
- (4) 教職員は児童生徒とSNS等でやりとりを行わないこと。
- (5) 「場所を変える」「名前を変える」「他校と合同する」等の方法で、実質的に部活動の延長となっている「私的クラブチーム」の活動は禁止する。

※注1： 「通常の校内での練習」とは、自校で自校の児童生徒のみで行う活動で、公式戦や公式戦を除く各種大会、練習試合等は含まない。

※注2-1： 「公式戦」とは、運動部の場合は、名古屋市小中学校体育連盟や愛知県小中学校体育連盟、東海中学校体育連盟、(公財)日本中学校体育連盟、名古屋市教育委員会及び教育振興会が主催する大会をいう。

生産・文化庁の場合は、市小中体連のように生産・文化的活動全般の振興を図る組織がないことから、全国大会や中部・東海地区の大会を有するコンクールやコンテストとそのため予選会並びに名古屋市教育委員会及び教育振興会が主催するものを公式戦という。

※注2-2： 学校長が必要と認める場合は、10月から3月までにおける土・日曜日以外の活動について、活動日を週3日、平日の活動時間（朝練を含む。）を1日2時間以内とすることができる。

※注3： 定期テスト直後に「公式戦」がある場合は、部員の全保護者の理解を得たうえで、学校長の許可を得た場合のみ練習を行うことができる。ただし、練習時間を減らすなどの配慮をすること。

※注4： 夏季休業中の学校閉庁日期间中及びその直後に「公式戦」がある場合は、部員の全保護者の理解を得たうえで、学校長の許可を得た場合のみ練習を行うことができる。ただし、本基準の範囲内（「長期休業期間中における通常の校内での練習」）での活動とすること。