

八王子市立みなみ野中学校 部活動に係る活動方針（令和7年度）

学校における部活動の方針	知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育むために、以下の3点を基に活動を行います。 （1）体力・知力の増進 活動を通して、持久力・筋力・忍耐力等の体力を養い、かつ、思考力・判断力等の知力を豊かにします。健康的で充実した学校生活を送るために、部活動を励行して体力・知力の向上を図ります。 （2）精神力の向上 規律ある活動、目標に向かって努力することを通し、物事に取り組む意欲や忍耐力、気力といった精神力の向上を図ります。 （3）コミュニケーション能力の育成 上・同・下級生の立場をわきまえた行動や適切な言葉遣いを学びます。また、共通の興味・関心をもった仲間と関わる中で、思いやりの心や協調性を養い、学校生活の楽しさを味わいます。 以上の3点を踏まえ、同好の生徒や異年齢の生徒同士がスポーツや文化芸術活動等を楽しむことで、好ましい人間関係の構築を図ります。また、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、生徒一人一人の豊かな人格形成や健全な成長を実現するための資質・能力の育成を図ります。さらに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送れるようにすることを目指します。
適切な休養日等の設定の方針	以下の方針を基に活動を行います。 【休養日】 （1）学期中は、大会等の期間を除き、週当たり2日以上 of 休養日を設けます。（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、他の日に振り替えます） （2）長期休業中の休養日の設定についても、「（1）」に準じた扱いを行います。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に、ある程度の長期休養期間（オフシーズン）を設けます。 【活動時間】 1日の実活動時間は、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、大会等の期間を除き、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・効果的な活動を行います。
設置している 運動部活動名 （令和7年5月現在）	野球部、サッカー部、男子テニス部、女子テニス部、陸上競技部、男子バスケットボール部、女子バスケットボール部、男子バレーボール部、女子バレーボール部、卓球部、剣道部、ダンス部
設置している 文化部活動名 （令和7年5月現在）	吹奏楽部、美術部、家庭科部