

# 足立区立中学校に係る部活動の方針

令和元年6月

足立区教育委員会

## 目 次

重要事項	… 1
足立区立中学校に係る部活動の方針の趣旨等（運動部・文化部共通）	… 2
1 適切な運営のための体制整備	… 3
(1) 適切な運動部及び文化部の設置（運動部・文化部共通）	
ア 学校の規模・ニーズを踏まえた運動部及び文化部の設置	
イ 教員のライフ・ワークバランスの実現	
(2) 部活動方針・年間活動計画等の作成（運動部・文化部共通）	
ア 部活動方針の策定	
イ 年間活動計画の作成	
ウ 部活動方針及び年間活動計画の周知	
(3) 指導・運営に係る体制の構築（運動部・文化部共通）	
ア 適切な顧問体制による運営	
イ 外部指導員及び部活動指導員の任用	
ウ 部活動指導員等に対する研修	
エ 参加する大会、地域行事、催し物の精選	
(4) 地域・保護者との連携等（運動部・文化部共通）	
ア 地域等との連携	
イ 保護者の理解と協力について	
2 適切な休養日等の設定	… 5
(1) 適切な休養日・活動時間の設定（運動部・文化部共通）	
(2) 休養日の設定の工夫（運動部・文化部共通）	
3 適切な部活動指導の実施	… 6
(1) 適切な運動部活動指導の実施	
ア 生徒の心身の健康管理、事故防止、体罰・ハラスメントの禁止の徹底	
イ 熱中症事故防止への対応	
ウ 効果的な指導の実施	
エ 運動部活動用の指導の手引きの活用	
(2) 適切な文化部活動指導の実施	
ア 生徒の心身の健康管理、事故防止、体罰・ハラスメントの禁止の徹底	
イ 効果的な指導の実施	
ウ 熱中症事故防止への対応	
エ 文化部活動用指導手引等の活用	
参考資料 「運動部活動での指導のガイドライン」（平成25年5月文部科学省）	… 8
運動部活動の方針に係る役割一覧	… 12
参考様式	… 13

## 重要事項(抜粋)

### 1 適切な休養日等の設定 → P.5

#### (1) 休養日

##### ① 学期中

週当たり2日以上の休養日を設定。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

学期中に準じる。生徒の十分な休養の確保とともに、部活動以外にも多様な活動を行えるよう、連続した休養期間の確保に努める。

#### (2) 活動時間

##### ① 学期中

休憩時間等も含め、平日は2時間程度、週休日は3時間程度とし、原則として週当たり16時間以内とする。

##### ② 長期休業中

学期中の週休日に準じ、できるだけ短時間に効率的・効果的な活動を行う。

### 2 適切な指導の実施 → P.6~P.7

(1) 生徒の心身の健康管理 (障がい・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮を含む) の徹底。

(2) 事故防止 (活動場所における施設、設備の点検や活動における安全対策等) の徹底。

(3) 体罰・ハラスメントの根絶の徹底。

(4) 熱中症事故防止のため、気象庁の高温注意報発出時の屋外の活動の原則禁止等。

### 3 平成25年5月：文部科学省によるガイドライン → P.8~P.10

(1) 生徒の心理面を考慮した肯定的な指導

(2) 生徒の状況の細かい把握、適切なフォローを加えた指導

(3) 事故防止、安全確保に注意した指導

(4) 肉体的、精神的な負荷や厳しい指導と体罰等の許されない指導との区別

## 足立区立中学校に係る部活動の方針の趣旨等（運動部・文化部共通）

- 本方針は、義務教育である中学校段階の部活動を対象とし、生徒にとって望ましい環境を構築するという観点に立ち、部活動が以下の点を重視して、地域、学校、競技種目、分野等に応じた多様な形で最適に実施されることを目的とする。

- 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む、「日本型学校教育」の意義を踏まえ、部活動を通じてバランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること
  - ①生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する
  - ②芸術文化等の活動に親しみ、多様な表現や鑑賞の活動を通して、豊かな心や創造性を涵養する
- 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、中学校学習指導要領（平成29年3月）の示すとおり、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、効率的・効果的に取り組むこと

参考：運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン（平成30年3月 スポーツ庁）

参考：文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン（平成30年12月 文化庁）

- 本方針は、スポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」及び文化庁の「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」、東京都教育委員会の「運動部活動の在り方に関する方針」及び「文化部活動の在り方に関する方針」に則り、持続可能な部活動を推進する上でのガイドラインとして位置付けている。
- 学校の部活動は、自主性を重んじ、スポーツ、文化及び科学等に興味・関心のある生徒が参加し、異年齢との交流の中で生徒同士が互いに協力し合って友情を深める等、望ましい人間関係を育てることができるとともに、学習意欲の向上、自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資する等、多様な学びの場として教育的意義が大きいものである。こうしたことを十分踏まえて、部活動の充実を図る。

### ○中学校学習指導要領（平成29年3月）（抜粋）

#### 第1章総則 第5 学校運営上の留意事項

教育課程外の学校教育活動と教育課程との関連が図られるように留意するものとする。特に、生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化、科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるように留意すること。その際、学校や地域の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携など運営上の工夫を行い、持続可能な運営体制が整えられるようにするものとする。

#### 第2章各教科 第7節 保健体育 第3 指導計画の作成と内容の取扱い

第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。

令和元年6月  
足立区教育委員会

## 1 適切な運営のための体制整備

### (1) 適切な部活動の設置（運動部・文化部共通）

#### ア 学校の規模・ニーズを踏まえた部活動の設置

校長は、生徒の安全の確保、生徒や教員の数、指導内容の充実、教員の長時間勤務の解消等の観点から円滑に部活動を実施できるよう、適正な数の運動部及び文化部を設置する。また、学校の状況が許す限り、生徒の多様なニーズを把握するとともに、実態に応じた活動を行うことができるよう運動部及び文化部を設置する。

#### イ 教員のライフ・ワークバランスの実現

校長及び足立区教育委員会事務局は、教員の部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文科科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成30年2月9日付け29文科発第1437号）」を踏まえ、教員のライフ・ワークバランスの実現に向けて、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

### (2) 部活動方針・年間活動計画等の作成（運動部・文化部共通）

#### ア 部活動方針の策定

校長は、「足立区立中学校に係る部活動の方針」に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」（P12 別紙1 活動方針例 参照）を策定する。その中に、各部の休養日及び活動時間等を設定するとともに、各部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行うことにより、方針の運用を徹底する。

#### イ 年間活動計画の作成

校長は各部顧問・指導者に、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会、地域行事、催し物の日程等）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び参加予定大会、地域行事、催し物の日程等）を作成させる。様式は足立区教育委員会の参考様式（P13 別紙2 年間の活動計画例、P14 別紙3 毎月の活動計画例、P15 別紙4 毎月の活動実績例）のほか、各校の実態に合わせて作成する。

#### ウ 部活動方針及び年間活動計画の周知

校長は、学校ホームページ、部活動説明会等により、保護者・地域等に活動方針及び活動計画等を周知する。

### (3) 指導・運営に係る体制の構築（運動部・文化部共通）

#### ア 適切な顧問・指導者体制による運営

校長は、部顧問・指導者の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教員の希望、部活動の指導経験、他の校務分掌や部活動指導員の配置状況を勘案した上で行う等、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。

また、部顧問・指導者から提出される毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部の活動内容を把握し、生徒が安全に活動を行い、教員の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

#### イ 外部指導員及び部活動指導員の任用

足立区教育委員会事務局は、学校からの要請に応じて、生徒や教員の数、校務分担の実態等を踏まえ、外部指導員及び部活動指導員<sup>1</sup>を積極的に任用し、配置する。

#### ウ 部活動指導員等に対する研修

足立区教育委員会事務局は、部活動指導員の任用・配置に当たり、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の対応を適切に行うこと、生徒の人格を傷つける言動や体罰はいかなる場合も許されないこと、服務(校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等)に関する規定を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修<sup>2</sup>を行う。

#### エ 参加する大会・試合、地域行事、催し物等の精選

校長は、運動部・文化部が参加する大会・試合、地域行事、催し物等（以下本項において「大会等」という）について、生徒の教育上の意義、生徒や保護者、部顧問・指導者の負担が過度とならないように考慮する。

また、足立区教育委員会事務局は、学校の各部が参加する大会等の全体像を把握し、週末等に開催される様々な大会等に参加することが、生徒や部顧問・指導者の過度な負担とならないよう、その参加数について、区立中学校長会と連携し、東京都中学校体育連盟、東京都中学校文化連盟等の団体が定める目安を参考に、学校や地域の実態、競技や活動等の内容の特性を踏まえて、学校が判断できるよう必要な協力や支援を行う。

<sup>1</sup> 外部指導員・・・「足立区立学校特別な技術支援等の外部指導員要綱」に基づく外部指導員（有償ボランティア）。教員と協力して、総合的な学習の時間や金管バンド活動、ブラスバンド活動、部活動に関し、多様な知識、経験、技能等を有し、専門的な講義や安全な指導ができる者。

部活動指導員・・・足立区の非常勤職員。地方公務員法第3条第3項に基づく特別職。外部指導員の職務に加え、校長の命により、大会等への引率を行ったり、教員がいない状態で指導を行ったりすることができるなど、業務内容を拡大するとともに責任も伴う者。

<sup>2</sup> 「学校教育法施行規則の一部を改正する省令の施行について（平成29年3月14日付け28ス庁第704号）」において、部活動指導員を制度化した概要、留意事項として部活動指導員の職務、規則等の整備、任用、研修、生徒の事故への対応、適切な練習時間や休養日の設定、生徒、保護者及び地域に対する理解の促進等について示されている。

#### (4) 地域・保護者との連携等（運動部・文化部共通）

##### ア 地域等との連携

校長及び足立区教育委員会事務局は、学校と地域が共に子どもたちを育てるという視点に立ち、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ団体や文化団体、社会教育関係団体との連携、民間事業者の活用、地域の社会教育施設や文化施設の活用等、学校と地域等が協働・融合した形で部活動が実施できるよう環境整備を進める。

##### イ 保護者の理解と協力について

校長及び足立区教育委員会事務局は、学校と地域・保護者は共に子どもたちの健全な成長のための教育、スポーツや芸術文化の活動に親しむ機会の充実を支援するパートナーという考え方の下で、各部活動に関する取り組みを推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

## 2 適切な休養日等の設定

### (1) 適切な休養日・活動時間の設定（運動部・文化部共通）

部活動における休養日及び活動時間については、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、その他運動、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、また、特に運動部活動に関しては、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<sup>3</sup>も踏まえ、以下を基準とする。

#### 【休養日】

##### 1 学期中

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、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

学期中に準じる。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、ある程度連続した休養期間の確保に努める。

#### 【活動時間】

##### 1 学期中

1日の活動時間は、休憩時間等も含め、長くとも平日では2時間程度、週休日（祝日等を含む）は3時間程度とし、原則として、週当たり16時間を超えないようにする。

##### 2 長期休業中

学期中の週休日（祝日等を含む）に準じ、できるだけ短時間に、効率的・効果的な活動を行う。

参考：運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン（平成30年3月 スポーツ庁）

参考：文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン（平成30年12月 文化庁）

<sup>3</sup> 「スポーツ医・科学の観点からジュニア期におけるスポーツ活動時間について」（平成29年12月18日公益財団法人日本体育協会）において、研究等が競技レベルや活動場所を限定しているものではないことを踏まえた上で、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること、さらに、週当たりの活動時間における上限は、16時間未満とすることが望ましい」ことが示されている。

## (2) 休養日の設定の工夫（運動部・文化部共通）

校長は、定期試験前後の一定期間等、学校全体や部活動共通の休養日を設ける等、地域や学校の実態を踏まえて、保護者への理解を図りながら、適切な指導に向けた休養日及び活動時間等の設定について工夫する。

### 3 適切な部活動指導の実施

#### (1) 適切な運動部活動指導の実施

##### ア 生徒の心身の健康管理、事故防止、体罰・ハラスメントの禁止の徹底

校長及び運動部顧問は、運動部活動の実施に当たり、文部科学省が平成25年5月に作成した「運動部活動での指導のガイドライン」に則り、生徒の心身の健康管理（スポーツ障がい・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設、設備の点検や活動における安全対策等）及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。

##### イ 熱中症事故防止への対応

校長及び運動部顧問は、熱中症事故防止の観点から、「熱中症予防指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、気象庁の高温注意報が発せられた当該地域・時間帯における屋外の活動を原則として行わない等、適切に対応する。

足立区教育委員会事務局は、学校におけるこれらの取り組みが徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜支援及び指導・是正を行う。

##### ウ 効果的な指導の実施

運動部顧問は、以下の点を理解・順守して指導に当たる。

- ・スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために休養を適切にとることが必要であり、過度の練習がスポーツ障がい・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解する。
- ・生徒の体力向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことを念頭に、生徒とのコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニング等の積極的な導入により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。
- ・専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭等と連携・協力し、発達個人差や女子の成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

##### エ 運動部活動用の指導の手引きの活用

運動部顧問は、中央競技団体が作成した指導手引等も参考にしながら、指導を行う。

<sup>4</sup> スポーツ競技の国内統括団体

## (2) 適切な文化部活動指導の実施

### ア 生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・ハラスメントの禁止の徹底

校長及び文化部活動の指導者は、文化部活動の実施に当たり、生徒の心身の健康管理（障がい・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。

### イ 効果的な指導の実施

文化部活動の指導者は、以下の点を理解・順守して指導に当たる。

- ・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必要であること、また、過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うこと等を正しく理解する。
- ・生徒の芸術文化等の能力向上や、生涯を通じて芸術文化等に親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とのコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会等での好成績等それぞれの目標を達成できるよう、分野の特性等を踏まえた合理的で効率的・効果的なトレーニングを積極的に導入し、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。
- ・専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や成長期における心と体の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

### ウ 熱中症事故防止への対応

校長及び文化部活動の指導者は、気象庁の高温注意報が発せられた当該地域・時間帯における屋外の活動を原則として行わない等、適切に対応する。また、室内における活動においては、音楽室等が密閉空間であることを考慮し、室温調節や換気等、活動する環境調整を確実に行う。

### エ 文化部活動用指導手引等の活用

文化部活動の指導者は、文化部活動に関わる各分野の関係団体等が作成した指導手引等も参考にしながら指導を行う。

「運動部活動での指導のガイドライン」(平成25年5月:文部科学省) 一部抜粋①

〈生徒の心理面を考慮した肯定的な指導〉

- 指導者は、生徒自らが意欲をもって取り組む姿勢となるよう、雰囲気づくりや心理面での指導の工夫が望まれます。生徒のよいところを見つけて伸ばしていく肯定的な指導、叱ること等を場面に応じて適切に行っていくことが望まれます。指導者の感情により指導内容や方法が左右されないように注意が必要です。また、それぞれの目標等に向けて様々な努力を行っている生徒に対して、評価や励ましの観点から積極的に声を掛けていくことが望まれます。

〈生徒の状況の細かい把握、適切なフォローを加えた指導〉

- 活動の目標によっては大きな肉体的な負荷を課したり、精神的負荷を与えた条件の下での練習も想定されますが、指導者は、個々の生徒の健康、体力等の状況を事前に把握するとともに、練習中に声を掛けて生徒の反応を見たり、疲労状況や精神状況を把握しながら指導することが大切です。  
また、キャプテンの生徒は心身両面で他の生徒よりも負担がかかる場合もあるため、適切な助言その他の支援に留意することが大切です。
- 指導者が試合や練習中に激励等として厳しい言葉や内容を生徒に発することもあり得ますが、競技、練習継続の意欲を失わせるようなものは不適當、不適切です。  
生徒の心理についての科学的な知見、言葉の効果と影響を十分に理解し、厳しい言葉等を発した後には生徒へのフォローアップについても留意することが望まれます。

〈事故防止、安全確保に注意した指導〉

- 近年も運動部活動で生徒の突然死、頭頸部の事故、熱中症等が発生しており、けがや事故を未然に防止し、安全な活動を実現するための学校全体としての万全の体制づくりが必要です。  
指導者は、生徒はまだ自分の限界、心身への影響等について十分な知識や技能をもっていないことを前提として、計画的な活動により、各生徒の発達段階、体力、習得状況等を把握し、無理のない練習となるよう留意するとともに、生徒の体調等の確認、関係の施設、設備、用具等の定期的な安全確認、事故が起こった場合の対処の仕方の確認、医療関係者等への連絡体制の整備に留意することが必要です。  
また、生徒自身が、安全に関する知識や技能について、保健体育等の授業で習得した内容を活用、発展させ、新たに身に付け、積極的に自分や他人の安全を確保することができるようにすることが大切です。
- 運動部活動中、顧問の教員は生徒の活動に立ち会い、直接指導することが原則ですが、やむを得ず直接練習に立ち会えない場合には、他の顧問の教員と連携、協力し、あらかじめ顧問の教員と生徒との間で約束された安全面に十分に留意した内容や方法で活動すること、部活動日誌等により活動内容を把握すること等が必要です。このためにも、日頃から生徒が練習内容や方法、安全確保のための取組を考え、理解しておくことが望まれます。

「運動部活動での指導のガイドライン」(平成25年5月:文部科学省) 一部抜粋②

肉体的、精神的な負荷や厳しい指導と体罰等の許されない指導とをしっかりと区別しましょう

- 運動部活動での指導では、学校、指導者、生徒、保護者の間での十分な説明と相互の理解の下で、生徒の年齢、健康状態、心身の発達状況、技能の習熟度、活動を行う場所的、時間的環境、安全確保、気象状況等を総合的に考えた科学的、合理的な内容、方法により行われることが必要です。
- 学校教育の一環として行われる運動部活動では、指導と称して殴る・蹴ることはもちろん、懲戒として体罰が禁止されていることは当然です。また、指導に当たっては、生徒の人間性や人格の尊厳を損ね、否定するような発言や行為は許されません。体罰等は、直接受けた生徒のみならず、その場に居合わせて目撃した生徒の後々の人生まで、肉体的、精神的に悪い影響を及ぼすことになります。校長、指導者その他の学校関係者は、運動部活動での指導で体罰等を厳しい指導として正当化することは誤りであり決して許されないものであるとの認識をもち、それらを行わないようにするための取組を行うことが必要です。学校関係者のみならず、保護者等も同様の認識をもつことが重要であり、学校や顧問の教員から積極的に説明し、理解を図ることが望まれます。

日本中学校体育連盟、全国高等学校体育連盟は、平成25年3月13日に「体罰根絶宣言」を発表しています。  
日本体育協会、日本オリンピック委員会、日本障害者スポーツ協会、日本中学校体育連盟、全国高等学校体育連盟は、平成25年4月25日に「スポーツ界における暴力行為根絶宣言」を採択しています。  
両宣言は各団体のホームページに掲載されています。

- 学校教育において教員等が生徒に対して行った懲戒行為が体罰に当たるかどうかは、「当該児童生徒の年齢、健康状態、心身の発達状況、当該行為が行われた場所的及び時間的環境、懲戒の態様等の様々な条件を総合的に考え、個々の事案ごとに判断する必要がある。この際、単に、懲戒行為をした教員等や、懲戒行為を受けた児童生徒、保護者の主観のみにより判断するのではなく、諸条件を客観的に考慮して判断すべきである。これにより、その懲戒の内容が身体的性質のもの、すなわち、身体に対する侵害を内容とするもの(殴る、蹴る等)、児童生徒に肉体的苦痛を与えるようなもの(正座・直立等特定の姿勢を長時間にわたって保持させる等)に当たると判断された場合は、体罰に該当する。」とされています。(「体罰の禁止及び児童生徒理解に基づく指導の徹底について(通知)」平成25年3月13日付け文部科学省初等中等教育局長、スポーツ・青少年局長通知)
- 運動部活動での指導における個別の事案が通常の指導か、体罰等の許されない指導に該当するか等を判断するに当たっては、上記のように、様々な条件を総合的に考え、個々の事案ごとに判断する必要がありますが、参考として下記の整理が考えられます。  
各地方公共団体、学校、指導者は、このような整理の基となる考え方を参考に、スポーツの指導での共通的及び各スポーツ種目の特性に応じた指導内容や方法等を考慮しつつ、検討、整理のうえ、一定の認識を共有し、実践していくことが必要です。

「運動部活動での指導のガイドライン」(平成25年5月:文部科学省) 一部抜粋③

通常のスポーツ指導による肉体的、精神的負荷として考えられるものの例

計画にのっとり、生徒へ説明し、理解させた上で、生徒の技能や体力の程度等を考慮した科学的、合理的な内容、方法により、下記のような肉体的、精神的負荷を伴う指導を行うことは運動部活動での指導において想定されるものと考えられます。

(生徒の健康管理、安全確保に留意し、例えば、生徒が疲労している状況で練習を継続したり、準備ができていない状況で故意にボールをぶついたりするようなこと、体の関係部位を痛めているのに無理に行わせること等は当然避けるべきです。)

(例)

- ・バレーボールで、レシーブの技能向上の一方法であることを理解させた上で、様々な角度から反復してボールを投げてレシーブをさせる。
- ・柔道で、安全上受け身をとれることが必須であることを理解させ、初心者 of 生徒に対して、毎日、技に対応できるような様々な受け身を反復して行わせる。練習に遅れて参加した生徒に、他の生徒とは別に受け身の練習を十分にさせてから技の稽古に参加させる。
- ・野球の試合で決定的な場面でスクイズを失敗したことにより得点が入らなかったため、1点の重要性を理解させるため、翌日、スクイズの練習を中心に行わせる。
- ・試合で負けたことを今後の練習の改善に生かすため、試合後、ミーティングで生徒に練習に取り組む姿勢や練習方法の工夫を考えさせ、今後の取組内容等を自分たちで導き出させる。

学校教育の一環である運動部活動で教育上必要があると認められるときに行われると考えられるものの例

運動部活動での規律の維持や活動を円滑に行っていくための必要性、本人への教育、指導上の必要性から、必要かつ合理的な範囲内で下記のような例を行うことは運動部活動での指導において想定されるものと考えられます。

(例)

- ・試合中に危険な反則行為を繰り返す生徒を試合途中で退場させて見学させるとともに、試合後に試合会場にしばらく残留させて、反則行為の危険性等を説諭する。
- ・練習で、特に理由なく遅刻を繰り返し、また、計画に基づく練習内容を行わない生徒に対し、試合に出さずに他の選手の試合に臨む姿勢や取組を見学させ、日頃の練習態度、チームプレーの重要性を考えさせ、今後の取組姿勢の改善を促す。

部活動の方針に係る役割一覧

	時期	校長	顧問・指導者	教育委員会事務局	該当箇所
適切な運営のための体制整備	年度当初	○実態に応じた部の設置			P 3 1 (1) ア
		○年度当初に学校の部活動に係る活動方針を策定し、公表する。 ※部活動説明会、HP		○各校の部活動に係る活動方針の確認	P 3 1 (2) ア 1 (2) ウ
		○年間活動計画の確認	○区の基準による休養日を反映した年間活動計画、月毎の活動計画を作成	○年間活動計画の確認	P 3 1 (2) イ
		○適切な顧問・指導者体制の構築			P 4 1 (3) ア
		○部活動指導員・外部指導員の申請		○部活動指導員・外部指導員の任用及び配置	P 4 1 (3) イ
		○参加する大会・試合、地域の行事、催し物等の精選	○参加する大会・試合、地域の行事、催し物等の精選	○区中研と大会等の数に関する検討	P 4 1 (3) エ
		○保護者に対する協力依頼、理解促進		○地域連携、官民連携に関する検討	P 5 1 (4) ア P 5 1 (4) イ
適切な休養日等の設定	通年	○月毎の活動計画を確認し、公表 HP	○作成した年間活動計画、月毎の活動計画に基づき、運営		P 5 2 (1)
		○休養日の設定の工夫		○学校訪問等におけるヒアリングの実施	P 6 2 (2)
適切な運動部活動指導について	通年			○部活動指導員に対する研修の実施	P 4 1 (3) ウ
		○生徒の心身の健康管理・事故防止、体罰・ハラスメントの禁止の徹底	○生徒の心身の健康管理・事故防止、体罰・ハラスメントの禁止の徹底		P 6 3 (1) ア P 7 3 (2) ア
		○熱中症事故防止への対応	○熱中症事故防止への対応		P 6 3 (1) イ P 7 3 (2) ウ
			○効果的な指導の実施		P 6 3 (1) ウ P 7 3 (2) イ

別紙1 活動方針例

〇〇中学校 部活動に関する活動方針

<p>学校における部活動の方針</p>	<p>教育委員会の方針に則り、学校における部活動の方針を記載します。</p> <p>【例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む、「日本型学校教育」の意義を踏まえ、部活動を通じてバランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること。</li> <li>○ 生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図る。</li> <li>○ 芸術文化等の活動に親しみ、多様な表現や鑑賞の活動を通して、豊かな心や創造性を涵養する。</li> <li>○ 生徒が成長する際の、人間形成を創りあげる活動の場面の一つとして存在すること。</li> <li>○ 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的かつ効率的・効果的に取り組むこと</li> <li>○ 学校全体として部活動の指導・運営に係る体制を構築すること。</li> <li>○ 校長及び顧問は、生徒の心身の健康管理、事故防止、および体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。また、熱中症事故防止の観点から、高温注意報が発せられた時間帯における屋外の活動を原則として行わないようにする等、適切に対応する。また、室内の環境調整等についても確実に実施する。</li> </ul>
<p>適切な休養日等の設定方針</p>	<p>教育委員会の方針に則り、週当たりの休養日、長期休業中の休養日、1日の活動時間の設定方針を記載します。</p> <p>【例】</p> <p>休養日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 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、週休日は少なくとも1日を休養日とする。大会等により、土日のどちらも休養日が確保できなかった場合は、翌週の平日に振り替える。)</li> <li>○ 長期休業中の休養日の設定についても、学期中に準じた取り扱いを行う。また、生徒が十分な休養ができると共に、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度連続した休養期間を設ける。</li> </ul> <p>活動時間</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1日の活動時間は、長くとも学期中の平日は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、合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。</li> </ul>
<p>設置されている運動部活動名</p>	<p>学校において設置されている運動部活動名を記載します。</p> <p>【例】</p> <p>剣道、サッカー、水泳、卓球、軟式テニス、バスケットボール、バドミントン、バレーボール、野球、陸上</p>
<p>設置されている文化部活動名</p>	<p>学校において設置されている文化部活動名を記載します。</p> <p>【例】</p> <p>工作、茶道、吹奏楽、美術、ボランティア</p>

別紙2 年間の活動計画例

〇〇中学校 〇〇部

年間目標	①基礎練習（フットワーク、シュート、ドリブル、パス等）に取り組む。 ②チーム練習やゲーム練習を通して、チームワークが大切なことを学ぶ。 ③試合を通して、相手に対する礼儀や思いやりの心を育てる。			
部員数 (平成〇年〇月現在)	1年：12人 2年：10人 3年：15人			
活動日	教育委員会の方針に則り設定します。活動時間、休養日についても同様です。 月・火・木・金・土			
休養日	水・日			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	9:00~12:00
主な活動予定	4月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、春季ブロック大会		
	5月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、春季ブロック大会		
	6月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、夏季選手権大会		
	7月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、夏季選手権大会		
	8月	基礎練習、チーム練習		
	9月	基礎練習、チーム練習		
	10月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、新人大会		
	11月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、新人大会		
	12月	基礎練習、チーム練習		
	1月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、冬季大会		
	2月	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習、冬季大会		
	3月	基礎練習、チーム練習		
参加予定大会	年間の参加する予定の大会を記載します。 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します。			
主な実績	29年度	ブロック優勝、都大会出場		
	28年度	ブロック大会多数入賞		
	27年度	ブロック大会多数入賞		

別紙3 毎月の活動計画例

〇〇部 〇月活動計画書

年間の活動計画を基に月ごとの活動計画を作成します。

日	曜日	予定	活動予定時間	活動内容及び大会参加等
1日	月	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習
2日	火	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習
3日	水	休		
4日	木	○	2時間程度	基礎練習
5日	金	○	2時間程度	基礎練習
6日	土	○	3時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
7日	日	○	3時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
8日	月	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
9日	火	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
10日	水	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
11日	木	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
12日	金	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
13日	土	○	3時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
14日	日	全日		新人大会
15日	月	休		
16日	火	休		
17日	水	休		
18日	木	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習
19日	金	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習
20日	土	休		
21日	日	休		
22日	月	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習
23日	火	○	2時間程度	
24日	水	休		
25日	木	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
26日	金	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
27日	土	全日		基礎練習、チーム練習、練習試合
28日	日	休		
29日	月	休		
30日	火	○	2時間程度	基礎練習、チーム練習
31日	水	休		

大会への出場等により、活動日が連続することも想定される。

大会への出場等により、休養日が確保できない場合には、別日に振り替える等の対応をする。

原則として、活動時間が週当たり16時間を越えないようにする。

別紙4 毎月の活動実績例

〇〇部 〇月活動実績報告書 月ごとの活動計画を基に作成し、校長に提出します。

日	曜日	実施	活動時間	活動内容及び大会参加等
1日	月	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習
2日	火	○	16:20~18:00	基礎練習、チーム練習
3日	水	休		
4日	木	○	16:00~18:00	基礎練習、チーム練習
5日	金	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習
6日	土	○	9:00~11:50	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
7日	日	○	9:00~12:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
8日	月	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
9日	火	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
10日	水	○	15:30~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
11日	木	○	16:00~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
12日	金	○	16:20~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
13日	土	○	13:30~16:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
14日	日	全日		新人大会
15日	月	休		
16日	火	休		
17日	水	休		
18日	木	○	16:00~18:00	基礎練習、チーム練習
19日	金	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習
20日	土	休		
21日	日	休		
22日	月	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習
23日	火	○	16:00~18:00	基礎練習、チーム練習
24日	水	休		
25日	木	○	16:00~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
26日	金	○	16:00~18:00	基礎練習、チーム練習、試合形式の練習
27日	土	全日	9:00~15:00	基礎練習、チーム練習、練習試合
28日	日	休		
29日	月	休		
30日	火	○	16:10~18:00	基礎練習、チーム練習
31日	水	休		
<p>《前月の活動実績等》            生徒が安全に部活動を実施しているか、教師の負担が過度となっていないか、適宜、指導・是正を行えるように、毎月の活動実績等の内容を記載します。            【例】新人大会シード権大会参加</p>				