

部 活 動 指 導 方 針

加 東 市 立 東 条 学 園 小 中 学 校

目 次

1 はじめに	2
○部活動指導方針作成の趣旨	
2 ゆとりある生活の確保	3
〔1〕適切な休養日の設定【ノ一部活デーの取組】	
〔2〕学校単位で参加する大会等の見直し	
3 指導の充実	5
〔1〕指導・運営に係る体制の構築	
〔2〕部活動の実施に当たっての指導	
〔3〕効果的な指導	
4 楽しく安全な部活動	9
〔1〕生徒の健康管理	
〔2〕熱中症への対策	
〔3〕用具・練習場の安全点検及び活動における安全管理の徹底	
〔4〕重大事故発生時の対処	
5 適切な部活動運営のための体制整備	11
〔1〕各学校の部活動指導方針の策定	
〔2〕ノ一部活デー実施の点検	
〔3〕部活動指導方針の検証	

資料編

- 〔資料1〕中学校学習指導要領総則・解説（H29 文部科学省）
- 〔資料2〕NO！体罰 ～先生、たたかんでもわかるのに！～（H25 県教委）
- 〔資料3〕熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー（H30 日本スポーツ振興センター）
- 〔資料4〕熱中症予防リーフレット（H30 日本スポーツ振興センター）

1 はじめに

○部活動指導方針作成の趣旨

部活動は、生徒の自主的、自発的な参加により行われ、スポーツや文化及び科学等に親しみ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等、生徒の多様な学びの場として、大きな意義をもつ活動である。

これまで部活動は、生徒のよりよい学校生活を一層推進し、生徒や保護者の学校への信頼や期待をより高めるとともに、学校全体における一体感の醸成にもつながるものとして、我が国の学校教育においては、人間形成の観点からも大きな役割を果たしてきた。さらに、体育系部活動は、体力や技術の向上を図るとともに、競技力の面でスポーツの振興を支えてきており、文化系部活動においても文化の振興に大きく寄与してきた。これらは、多くの熱心な顧問教員の存在とともに、保護者や地域の力に支えられてきた成果であった。

しかしながら、今日においては、教育等に関わる課題が複雑化・多様化し、学校や教師だけでは解決することができない課題が増えてきている。とりわけ、少子化が進展する中、部活動によっては、従前と同様の運営体制では維持が難しくなっている状況が見られる。生徒においては、適切な休養日が明確に設定されていない状況下での活動は、バランスのとれた生活や成長の面からも身体的・精神的な負担になっていることが指摘されている。また、部活動を指導する教員においては、部活動指導による長時間勤務が物理的負担となっている。

このことを踏まえて、加東市教育委員会では、適正な部活動の運営に向けて、「教職員の多忙化解消に向けた協議会」の提言やスポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」、県教育委員会の「いきいき運動部活動（4訂版）」に則り、「加東市部活動指導方針」を策定した。

生徒が生涯にわたって豊かな生活を実現する資質・能力を育む基盤として、部活動を持続可能なものとするため、部活動の在り方に関し、抜本的な改革に取り組んでいくものである。

各学校における部活動指導については、市の方針に基づき、校長のリーダーシップのもと、全教職員で共通理解を図り、家庭や地域等の理解や協力を得ながら、各部活動の休養日及び活動時間等を設定し、その運用の徹底に取り組むものとする。

平成31年1月 加東市教育委員会

2 ゆとりある生活の確保

「休養日」もほとんどなく長時間にわたる活動を生徒達に強制することは、バランスのとれた生活やスポーツ障害を予防する観点からも改善を図る必要がある。

「休養日」には、家族とのふれあいやボランティア活動、地域活動などへの参加を促すとともに、心身をリフレッシュさせるためにも定期的に休養日をとることが望まれる。

活動計画を作成するにあたっては、学校週5日制の趣旨を十分踏まえ、部活動に終始する1日とならないようにするため、以下を基準とする。

[1] 適切な休養日の設定【ノー部活デーの取組】

- 学期中は週当たり2日以上休養日を設定する。長期休業中も学期中に準じる。
(平日及び土日等の休業日にそれぞれ1日以上設定)
- 1日の活動時間は、平日2時間程度まで、土日等の休業日は、3時間程度とする。

- (1) 平日の1日については、学校の全ての部で一斉にノー部活デーとして休養日とする。ただし、長期休業日については、部活動ごとに設定することができる。
- (2) ノー部活デーについては、事前に学校のホームページを通じて公表する。
- (3) 中体連主催の公式戦(総体・新人)により、上記休養日の設定が行えない場合に限り、学校長の判断の下、活動日を設定することができる。
その際の休養日については、活動日設定週の翌週から4週間以内で、平日は平日、休業日は休業日に速やかに設定する。併せて、土日続けての活動後の翌平日は休養日とする。
- (4) 定期テスト(中間・期末)前のノー部活デーについては、家庭での学習時間が確保できるように適切に設定する。
- (5) 生徒が安全に帰宅できるよう、日没等を考慮して練習時間を決める。長期休業中も学期中と同様とする。また、午前の活動時は、昼食が遅くならないよう帰宅時間を考え活動を終える。
- (6) 朝の活動(練習)は、7時30分以降とし自主参加とする。週始まりの月曜日、弁当日については、生徒や保護者の負担軽減のため、実施する場合は開始時間等について配慮する。
- (7) 週あたりの活動時間は、16時間を超えないこととする。休業日に、やむを得ず1日練習試合を実施した場合は、平日のノー部活デーを増やし、週16時間を超えないようにする。

- (8) 活動計画は、学校長の承認を得て、事前に生徒・保護者へ知らせる。
- (9) 長期休業中などを利用し、ある程度の長期オフシーズンを確保する。
- (10) 学校の閉校日は、原則部活動は中止する。学校外での活動も中止する。ただし、夏季休業中の全国総体へ出場する部については、保護者の同意のもと、校長の承認を得て実施することができる。その際、適切な休養日を取り、計画的に活動を行う。

[2] 学校単位で参加する大会等の見直し

- (1) 大会、コンクール等の参加、合宿の実施については、生徒や顧問の負担にならないことを考慮し精査する。また、保護者の経済的負担や休日の家族の予定なども考慮して、計画的に参加する。
- (2) 上記の参加については、実施日、場所、時間、引率者、交通手段等について、校長の承認を得る。
- (3) 生徒数の減少により、部員数が少ないために、大会に出場できない場合は、複数校合同チームでの参加について、生徒の意向を尊重し、積極的に検討する。
- (4) 加東市教育委員会及び加東市中学校体育連盟、各文化部担当者会は、各部が参加する大会・試合・コンクールの全体を把握し、生徒や顧問、指導者の過度の負担とならないよう主催者と調整する。
- (5) 参加する大会・コンクールについては、年度当初に年間計画を作成し、保護者会等で説明し保護者の理解を得る。
- (6) 生徒の移動方法については、原則、公共交通機関及び借り上げバスとする。ただし、交通手段がない場合は、保護者による現地集合解散も可とする。
- (7) 保護者の送迎により現地集合解散する場合は、保護者と十分協議し理解を得て依頼をする。一部の保護者の承諾で、遠方への大会・コンクール・練習試合等へ参加することがないようにする。
- (8) 県外の現地集合解散は禁止とする。

3 指導の充実

[1] 指導・運営に係る体制の構築

(1) 適正な部の設置

- 学校は、生徒や教員の数、部活動指導員等の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全確保、教員の長時間勤務の解消等の観点から、円滑に部活動が実施できるよう、適正な数の部を設置する。また、廃部や休部等については、長期的な計画ですすめるとともに、この方針を事前に生徒や保護者に明確に示す。

(2) 顧問の複数配置

- 主として指導する顧問に過度な負担が生じないよう部活動の活動状況に応じて、顧問の複数配置を可能な限り行う。
- 部活動が指導者の個人的な考え方や方針による閉鎖的で不適切な活動にならないよう複数顧問を配置し、管理職や他の教員が適切な指導や助言が行えるよう校内体制を整え、開放的な活動にする。

(3) 顧問の勤務時間管理

- 校長は、顧問の長時間勤務の解消等の観点から、複数顧問による連携や外部指導者の活用により、適正な勤務時間管理を行う。

(4) 自主的・自発的な入部

- 部活動が、生徒の自主的・自発的な参加により行われるよう、生徒や保護者の意向を踏まえて十分配慮する。

(5) 校外地域クラブとの連携

- 学校は、地域クラブチーム等、校外での活動についても指導者と連携し、学校行事等を優先する。

(6) 複数校合同チームでの大会参加

- 部員数が少なく、単独校では公式戦に出場できない場合は、市内中学校校長会で協議し、合同チームで大会へ出場できるよう配慮する。

〔2〕部活動の実施に当たっての指導

(1) 生徒の心身の健康管理

- 顧問、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、各生徒の発達の段階、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。
- 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、発展させたり、新たに身につけたり、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。

(2) 事故防止

- 平日、朝練習を含め、部活動中、顧問の教員は生徒の活動に立ち会い、直接指導することを原則とする。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、協力したり、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したりすること、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ある。
- 顧問、指導者は、1年に1回以上、応急手当講習を受け、AEDを使用した心肺蘇生法を習得する。校内研修での実施も可とする。

(3) 体罰・ハラスメントの根絶

- 学校教育の一環として行われる部活動では、指導と称して殴る・蹴ること等はもちろん、懲戒として体罰が禁止されていることは当然である。また、生徒の人間性や人格の尊厳を損ねたり否定したりするような発言や行為は許されない。
- 校長、顧問、指導者、その他の学校関係者は、部活動の指導で体罰等を厳しい指導として正当化することは決して許されることではないものとする認識をもち、防止対策を行う。また、保護者等も同様の認識をもち生徒を支援できるよう学校や顧問から積極的に説明し理解を得る。
- 部活動の指導は、閉鎖的になりやすいため、校内での研修会等により取組の情報交換を行い、他の種目の部活動の取組を積極的に取り入れるとともに、間違った指導については、校長はもとより、顧問同士で注意ができる体制をつくること学校全体の指導力向上につながる。

このような時に、このような指導者に体罰は発生しやすい

このような時に

- ① 試合に負けた時
- ② 指示したプレーができなかった時
- ③ 生徒のプレーがダラダラしていると感じた時
- ④ 普段の生徒指導で部員が従わない時

指導者が感情的になった時

このような指導者

- ① 体罰による強制と服従で優れた競技者が育成できると信じている。
- ② 指導には体罰が必要と考えている。
- ③ 指導での「愛の鞭」は許されると考えている。
- ④ 士気を高め、良いプレーを引き出し、強い精神力を身に付けるには、体罰が必要であると考えている。

体罰が必要だと誤認している指導者

[指導方法の基本]

- ① 説明（言葉で教示）
- ② 手本（動きを観察させてイメージ化）
- ③ 試行（繰り返して練習） ※部活動の時間以外、自主的な練習もできる
- ④ 評価（「もう少しこうすればさらに良くなる」（肯定的評価））

[求められている指導]

◇生徒の自主性、個性を尊重した指導

- スポーツの楽しさを実感させる
- 仲間との交流を充実させる
- わかる喜びを体験させる（新しい発見）
- できる喜びを体験させる（成就感）

◇対話を重視した指導

- ポイント（動きのコツ）を的確に言葉で教える
- 激励、賞賛を欠かさない

[3] 効果的な指導

(1) 自主的・自発的な活動の実践

顧問、指導者からの一方向の指導でなく、個々の生徒が、自分の目標や課題、部活動内での役割など自ら設定し、その達成、解決に向けて必要な取組を考え、実践につなげられるよう支援する。また、試合・コンクール等に参加するかどうかは生徒の意思を尊重し、競技志向でない生徒の活動についても理解することが大切である。

(2) 生徒の心理面を考慮した肯定的な指導

顧問、指導者は、生徒の良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、適切に行うことが望まれる。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ある。また、生徒に対して、評価や励ましの視点から積極的に声をかけていくことが必要である。

(3) 指導者と生徒の信頼関係づくり

指導者が生徒に対して、指導の目的、技能等の向上や生徒の心身の成長のため適切な指導の内容や方法であること等を明確に伝え、理解させた上で取り組ませるなど、両者の信頼関係づくりが活動の前提となる。

(4) 上級生と下級生、生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり

部活動は、複数の学年の生徒、同一学年でも異なる学級の生徒が参加すること、また、生徒の参加する目的や技能等が様々であることを踏まえ、学級経営とは異なる指導が求められる。指導者は、生徒のリーダー的な資質能力の育成とともに、協調性、責任感の涵養等の望ましい人間関係や人権感覚の育成、生徒への目配り等により、上級生による暴力行為やいじめ等の発生の防止を含めた適切な集団づくりに留意することが必要である。

(5) 特別支援教育の視点を生かした指導

学校には多様な特性のある生徒が在籍しており、練習や試合・コンクール等で困り感が解消されずに、注意ばかり受けてつらい思いをすることがある。生徒の困難さに着目した組織的で丁寧な指導を行う。

(6) 短時間で効果的な指導の充実

それぞれの競技種目、文化活動の特性を踏まえた科学的、合理的な内容、指導方法による実効性のある指導を積極的に取り入れ、生徒が短時間に集中して取り組めるよう改善を図る。

4 楽しく安全な部活動

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ある。

特に、定期考査や学校行事、長期オフシーズンの直後は、熱中症をはじめ事故発生の危険性が高まることから、個々の体調に十分配慮し、無理のない練習内容とすることが重要である。

[1] 生徒の健康管理

顧問は、練習（試合）前後に個々の生徒の健康観察を行うとともに、練習（試合）中も生徒の動きや顔色などにより健康状態を把握し、状況に応じて練習内容の変更や大会・試合への出場を見合わせ、休養を取らせるなど柔軟な指導を行う。

[2] 熱中症への対策

練習前及び活動季節や時間帯によっては、必要に応じて適宜、気温、湿度を確認し、「熱中症予防運動指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）に示される環境条件の評価（図1）を参考に、運動の可否を判断する。

【高温や多湿時における大会への対応】

- 中学校体育連盟等の関係団体は、主催する大会等が予定されている場合には、大会の延期や見直し等、柔軟な対応を行う。
- 広域的な大会等でやむを得ない事情により開催する場合には、参加生徒の事前の健康チェック、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得、観戦者の軽装や着帽等、生徒の健康管理を徹底すること、熱中症の疑いがある症状がみられた場合には、病院への搬送等、適切な対応を徹底する。

[3] 用具・練習場の安全点検及び活動における安全管理の徹底

予測される危険性の事前確認や用具・練習場などの安全点検を徹底する。特に新入生については、競技経験が少なく器具などの扱いや活動内容についても不慣れなことから、安全に十分配慮した指導を行う。

[4] 重大事故発生時の対処

日頃から、一次救急医療機関の連絡先が記載された危機管理マニュアル（フロー図）を職員室、体育館、武道館などの教職員がすぐに確認できる場所に掲示する。また、心肺蘇生法、AED使用など応急処置についても、全ての教職員が講習会を受講し、確実に実施できるようにする。

(図1)

熱中症予防運動指針

WBGT ℃	湿球温度 ℃	乾球温度 ℃		
31	27	35	運動は原則中止	WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
▲ ▼	▲ ▼	▲ ▼	嚴重警戒 (激しい運動は中止)	WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。運動する場合には、頻繁に休息をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さになれていない人は運動中止。
28	24	31	警戒 (積極的に休息)	WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
▲ ▼	▲ ▼	▲ ▼	注意 (積極的に水分補給)	WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
25	21	28	ほぼ安全 (適宜水分補給)	WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。
▲ ▼	▲ ▼	▲ ▼		
21	18	24		

- 1) 環境条件の評価にはWBGTが望ましい
- 2) 乾球温度を用いる場合には、湿度に注意する。湿度が高ければ、1ランク厳しい環境条件の運動指針を適用する。

5 適切な部活動運営のための体制整備

[1] 各学校の部活動指導方針の策定

- 校長は、教育委員会の「加東市部活動指導方針」に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定する。
- 校長は、活動方針及び活動計画等を学校のホームページ等を通じて公表する。

[2] ノー部活デー実施の点検

- 学校評価等で検証し、課題等がある場合は、学校の組織で改善を図り、保護者や地域の理解を得て推進する。
- 校長は、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、生徒が安全に部活動を行い、教員の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

[3] 部活動指導方針の検証

- 本指導方針により、各校の部活動が休養日や活動時間などにおいて、適切に実施されているか把握し、教育委員会が定期的（学期に1回）に指導・是正を行う。
- 「中学校部活動連絡協議会」を開催し、指導や体制等の検証を行い、適切で効果的な部活動の在り方を検討し、適宜、指導方針の見直しをする。
- ノー部活デーの設定については、引き続き検討を行うと共に、学校が年間に参加する大会については精査する。