

相生市部活動ガイドライン

相生市教育委員会

平成31年3月

☆ 部活動の位置づけ

中学校学習指導要領で部活動は、「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の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。」と明示され、位置づけられている。

1 部活動の意義・目的

部活動は、心身の成長が著しい生徒が、自らの興味や関心等を深く追求し、それぞれの個性や能力を主体的な取組によって伸長したり、学年や学級の枠を越えて、仲間と切磋琢磨しながら、励ましたり協力したりする中で、社会性を育み人間形成に資するものである。

また、中学校3年間だけではなく、生涯にわたってスポーツや文化に親しんだり、楽しんだりすることができる資質・能力の育成をめざしている。そのため、日常の練習において、大会やコンクール等の結果のみを目標にするのではなく、それに向けた一人ひとりの取組に目を向けた丁寧な指導が大切である。

2 適切な運営のための体制整備

(1) 各校における部活動に係る方針の策定

本ガイドラインに則り、学校の教育活動との関連を考慮し、「学校の部活動にかかる活動方針」を策定し、その運用を行う。(毎年見直しを行うこととする。)

(2) 活動計画・実績報告

部活動顧問は、「学校の部活動に係る活動方針」に則り、指導方針や年間の活動計画(活動日、休養日及び大会参加日等)並びに毎月の活動計画及び活動実績(活動日時・場所、休養日及び大会参加日時等)を作成する。その際、部活動顧問は生徒の多様なニーズや意見を把握し、生徒の主体性を尊重して設定する事が大切である。

3 適切な指導の実施

(1) 安全指導の充実

ア 生徒の心身の健康管理

スポーツ医・科学の見地から、練習効果を得るためには、休養を適切に取ることや、過度の練習が成長期の生徒のスポーツ障害・けがのリスクを高めたり、バーンアウト（燃え尽き症候群）をおこしたりすることにつながることを理解する。また、女子の成長期における体と心の状態に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

イ 事故の防止

生徒は一人ひとり発達段階、体力、習得状況が異なることから事前事後の健康チェックや活動中の健康観察を行い、無理のない練習となるよう留意する。特に十分に活動になれていない1年生や定期考査・長期休養後の活動については特に注視する。

また、気象環境による熱中症等を未然に防止できるよう、危機管理意識や知識を深めるとともに、万が一、事故が起こった場合についての対処の仕方や救急体制の確立を図る。

ウ 体罰・ハラスメントの根絶

指導にあたっては、体罰はもとより、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。体罰など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、部活動に関わる全ての指導者がもつことが不可欠である。

また、保護者等も同様の認識を持つことが重要であり、校長や顧問が積極的に説明し、理解を得られるようにする。

エ 施設・設備・用具の安全点検の実施

施設・設備・用具の定期的な安全点検を実施し、常に安全を確認する。

また、生徒自身が安全に関する知識や技能を身につけ、積極的に自分や他人の安全を確保できるようにすることが大切である。

オ 校外での活動について

練習試合や大会・コンクールの参加等について、校外で活動する場合は、実施日や場所、引率方法など必ず事前に校長の承認を得る必要がある。

(2) 効果的な指導

ア 自主的・自発的な活動の実践

指導者からの一方向の指導ではなく、個々の生徒が、自分の目標や課題、

部活動内の役割などを自ら設定し、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、競技志向ではない生徒の活動についても理解することが大切である。

イ 短時間で効果的な指導の実践

それぞれの競技種目や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にする。

ウ 適切な休養日の設定

成長期の生徒が、運動、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・科学の観点からジュニア期における活動時間に関する研究及び顧問教員の多忙化解消の観点を踏まえ、以下の基準とする。

- **学期中は週あたり2日以上**の休養日を設定する。長期休業中も学期中に準じる。
(平日(水曜日)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、学校の休業日(学期中の週末を含む)は3時間程度とする。(活動時間の目安は準備運動から整理運動までとする)**

① ただし、中学校においては、中体連主催の公式戦(総体・新人大会・選抜大会)及び文化的大会(コンクール、コンテスト、発表会など)や大会直前の練習、地域の行事への参加等やむを得ない事情により、上記休養日の設定が行えない場合に限り、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、活動日設定週の期間の翌週から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ことを基本とする。

また、公式戦および文化的大会や地域の行事が連続するなど、特別な事情により前述4週間以内の休養日の設定ができない場合に限り、それぞれの活動日の設定期間直後の翌週から16週間以内のできるだけ早い時期に、平日は平日、休業日は休業日に休養日を設定することとする。

なお、これらのいずれの場合にあっても週当たりの活動時間は、16時間を越えないこととする。

② 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こととする。

- ③ 学校単位で参加する大会や合宿等については、生徒の教育上の意義や、生徒や顧問の負担とならないことを考慮し精査の上、参加することとする。

4 指導力の向上に向けて

(1) 科学的・合理的な指導内容、指導方法の習得

指導者は、効果的な指導に向けて、自身のこれまでの実践、経験に頼るだけでなく、指導内容や方法に関して、研究機関や優れた指導者の研究により、理論付けされたものや科学的根拠が得られるもの、新たに開発されたものなどを積極的に習得し、日常の指導において活用することが求められている。

種目別指導者研修やスポーツ競技の国内総括団体が作成する運動部における合理的かつ効率的・効果的な活動のための手引書を活用し、各競技種目の特性を踏まえた活動を実施し、技能や記録の向上を図る。

(2) 部活動のマネジメントやその他多様な指導力の習得

生徒にとって部活動が総合的な人間形成の場となるよう、生徒の発達段階や成長による変化、心理、生理、栄養、休養、部のマネジメント、コミュニケーション、リーダー育成等に関する幅広い知識や技能を継続的に習得し、指導力を身につけていくことが望まれる。

5 教育委員会の取組

(1) ガイドラインの検証について

適切で効果的な部活動の在り方を検討し、必要に応じて適宜、ガイドラインの見直しを行う。

(2) 部活動指導員について

- 部活動指導員を任用し、学校の実情に応じて配置する。
- 部活動指導員の、資質向上に向けた研修を行う。