

## ○策定の趣旨

中学校における部活動では、生徒が興味・関心のある活動に取り組むことを通して、主体性を育て、個性や可能性を伸ばすことができます。また、目標に向かって仲間と協力することの大切さや、努力を重ねてやり遂げた喜びや感動を味わい、仲間や指導者等とのつながりの中で社会性を育むことができます。さらに、部活動で受けた指導の内容や経験したことが、その後の人生の中で支えになったり、部活動で取り組んだスポーツ、文化活動等が、生活を豊かにしたりすることも考えられます。

一方、連日、または長時間にわたる活動により、生徒も教師も十分な休養を取りづらいこと、顧問が専門性を有しない部を担当するケースにおいては、指導に自信が持てない等の課題があります。そこで、部活動のあるべき姿を明確にし、生徒にとってより有意義な活動とするための指針として、「熊野市中学校部活動ガイドライン」（以下、「ガイドライン」という）を策定しました。

各学校においては、このガイドラインに沿って、部活動の運営や指導のさらなる充実を図るとともに、部活動が生徒の健やかな成長に寄与するよう適正な運用をお願いします。

## 1 部活動の意義

部活動とは、教育課程外の活動であるが、学校教育の一環として、学級や学年の枠をこえて、興味と関心をもつ同好の生徒が自主的・自発的に集い、指導者の指導のもと、個人や集団としての目的や目標をもち、切磋琢磨することを通して、体力の向上や人間関係の大切さなどを学ぶことができる活動である。

心身の成長が著しい時期の生徒にとって、部活動は、自らの適正や興味・関心等をより深く追求していく機会であり、すべての生徒が意欲的に活動に取り組める体制にすることが求められる。そこで、生徒自らが目標を設定し、その達成に向けて粘り強く挑戦するとともに、公正と規律を尊ぶ態度を身につけるなど、自己の成長を促していくことが尊重されなければならない。

また、生徒が生涯にわたってスポーツや文化に親しむことにつながっており、日頃の指導において、大会やコンクール等の結果のみを目的とするのではなく、それに向けた生徒一人ひとりの取組状況や体力・技能等の向上について、適切な指導や支援を講じることが必要である。その結果、生徒自身が充実感を味わうことを通じて、その活動に自分なりの意義を見出すことが大切である。

### 【参考】運動部活動での指導のガイドライン（部活動の意義）

（平成 25 年 5 月）文部科学省

- スポーツ、文化、芸術などの楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かな生活を営む資質や能力を育てる。
- 体力の向上や健康の増進等につなげる。
- 保健体育科等の教育課程内の指導で身につけたものを発展、充実させたり、活用させたりするとともに、部活動の成果を学校の教育活動全体で生かす機会となる。
- 自主性、協調性、責任感、連帯感等を育成する。
- 自己の力の確認、努力による達成感、充実感をもたらす。
- 互いに競い、励まし、協力する中で友情を深めるとともに、学級学年を離れて仲間や指導者と関わり合うことにより、学級内とは異なる人間関係の形成につながる。
- 思考力・判断力・表現力等を育成する。

## 2 部活動の現状と課題

中学校における部活動の現状として、運動部または文化部に加入している生徒がほとんどである。また、運動時間が過度に長くなると、生徒の心身や学習活動等、健全な成長に影響を及ぼすことが心配されている。成長の著しい時期や発育発達が不安定な時期に、過度な活動（休養日を設けない・長時間の練習等）や効果的でない運動は、生徒の心身に大きな負担を与え、スポーツ障害やドロップアウト（離脱）・バーンアウト（燃え尽き症候群）に陥るといった課題がある。

部活動の指導者は、生徒の成長に喜びを感じつつ、他の顧問の熱心な指導や保護者の強い願いに影響を受けながら指導にあたっている。しかし、教師自身が競技経験のない部活を指導するケースも見られ、それが負担になっている場合もある。教員勤務実態調査（平成28年速報値）によると、「中学校教諭が土日に部活動にかかる時間は、10年前に比べて約2倍となっている。」という指摘もある。

部活動が教員の充実感を高める一方、「子どもと向き合う時間がもてない」「授業準備の時間が十分に確保できない」等、部活動指導に係る負担感が増している中で活動が成り立っている状況があるとしたら、早急に改善していかなければならない。

以上のことを踏まえると、部活動を行うにあたって、2つの課題が見られる。

### (1) 生徒の「健全な成長」の視点から

心身の成長が著しい時期や発育・発達が不安定な時期に、休養日を設けなかったり長時間の練習を行う等の過度な活動により、生徒の心身に大きな負担を与え、生徒の健全な成長に影響を及ぼすことが心配される。

### (2) 教員の「働き方の見直し」の視点から

少子化等による教員数の減少を背景に、教員自身が専門性を有しない部活動を指導することや、主に週休日に開催される大会の運営業務に従事することなどが、負担になっている場合がある。

## 3 安全面への配慮

体育・スポーツ活動には、けが等に結びつきやすい要素や要因が含まれている。特に運動部活動では、保健体育科の授業よりも活動が激しくなることが多いため、けが等の発生も多くなり、場合によっては重篤なケースが起こることが考えられる。学校における組織的な危機管理を進めるために、学校の体制づくりや危機発生時の未然防止の取組等を内容とした「学校管理下における危機管理マニュアル」を参考にして、学校全体で共通理解を図り、事故防止に努めていくことが必要である。

## 4 適切な活動計画の作成と共通理解

学校教育の一環として行われる部活動の教育的意義や効果が高まるよう、生徒の「健全な成長」と「教員の働き方の見直し」の視点から、学校ではガイドラインに基づき、活動状況の再確認とともに、継続的な見直しが必要である。

- ① 学校では、ガイドラインを基に、「学校部活動運営方針」を策定する。  
\*学校部活動運営方針：活動の目的、設置部の確認、活動時間および日数、指導のねらいおよび留意点について、全教職員で共通理解を図る。
- ② ガイドラインおよび「学校部活動運営方針」を基に、各部は年間、月間、週間の活動計画を作成する。
- ③ 校長は、各部の計画およびその活動についてチェックし、改善を図る。

学校は、学校の教育目標やガイドライン等に基づき、部活動の意義を踏まえた学校部活動運営方針を作成し、各部の指導者をはじめ全職員は、この方針で示された指導のねらい、指導上の留意点等について共通理解することが必要である。そのうえで、指導者の指導理念を示すとともに、生徒の指導や能力、保護者の願いなどを十分に汲み取り、各部の活動計画等を設定することが必要である。

指導者は、活動方法の工夫等を行いながら、過度な指導とならないよう、生徒の発育・発達段階に応じた活動日数や活動時間を設定し、年間計画・月間計画・週間計画等の活動計画を立てることで、生徒に活動の見通しをもたせながら、活動を展開させていく。

学校部活動運営方針や各部の活動計画と活動実態を、適宜、振り返ることで、部活動が適切に運営されているかどうか、検証することも大切な活動となる。

活動計画は、保護者にも理解してもらうことが大切である。特に校外での活動にあたっては、「いつ・どこで・どのような大会等」であるかを事前に早く知らせるとともに、参加方法等の詳細についても伝える配慮が必要である。

#### 【各部の活動計画作成にあたって】

- 学校教育目標および「学校部活動運営方針」を基に計画する。
- 生徒の発育や発達段階、運動能力、競技経験等を考慮する。
- 参加する大会期日を考慮し、基礎練習期・試合想定練習期・大会期・休養期等の設定等、練習と休養のバランスに配慮する。  
(参加大会および校外活動の精選、種目(競技)の特性等も配慮し計画する。)
- 体育祭・文化祭などの学校行事に配慮する。
- 放課後活動は、日没時刻等の安全面を考慮し、下校時刻を守る。

## 5 参加大会等の精選

日常活動の成果を出す場として、県学校体育(文化)連盟主催の大会やコンク

ールの他、関係競技団体が主催する大会等が多く開催されている。

特に、関係競技団体が主催するものは、週休日に開催されることが多いため、生徒も指導者も、週休日に休みがとりにくくなる。

大会への参加は、日常の成果や課題を確認できるなど、意義が十分にあるものだが、生徒・指導者の健康面や安全面、さらには費用等の負担についても配慮することが大切である。そのため、学校においては、生徒・保護者へ理由等を十分説明したうえで、参加する大会や校外での練習試合や合同練習会について精選することが必要である。

## 6 休養日・活動時間の設定

### (1) 休養日の設定

成長期にある生徒のスポーツ障害や事故を防ぐためには、休養日を設定し、生徒・指導者の心身の疲労回復や負担軽減を図ることが必要である。特に、中学生の時期は、個人差もあるが「ポストゴールデンエイジ」と言われ、呼吸器や循環器系が発達する頃であり、発育・発達過程にある不安定な時期には、オーバーワークにならないよう配慮することが大切である。

過度な活動により、「部活動の練習等で疲れて、授業に集中できない」というようなことでは、学校教育の一環としての活動から外れたものになってしまう。生徒の健康や安全を最優先し、活動計画を立て、活動の見通しをもつことは、生徒の健全な成長や教員の負担軽減にとって有益なことである。

このことを踏まえ、以下のように休養日を設定する。

**★1週間のうち、2日を休養日とする。**

(月曜日～金曜日に1日と、土曜日または日曜日のどちらか1日を休養日とする。)

※各校での設定については、「すべての部が一斉に設定する」「(活動場所の有効利用等を考慮し)部によって違う曜日に設定する」等、各学校の実情に合わせ、休養日を設定する。

※大会開催等により、上記のとおり休養日が設定できない場合は、事前に活動計画等を提出し学校長の承認を得るとともに、翌週までに休養日を設定する。

※生徒の疲労の様子等によっては、週2回以上の休養日を設定する。

### (2) 活動時間の設定

活動時間については、生徒の体力や技能を考慮し、過度の負担につながら

ないように以下の通りとする。

★平日は、2時間以内とする。

★土曜日・日曜日・長期休業期間に活動する場合は、3時間以内とする。

※活動時間とは、始業前の活動や放課後の活動等の部活動に関係するすべての活動時間の合計時間である。

## 7 適切な部活動指導に向けた研修

円滑な部活動の運営を目指す時、指導者による生徒への声掛けは大切なものとなる。そのためには、指導者自身の経験則だけに頼るのではなく、その活動についての専門的な知識や最新の指導方法を身につけることで、より自信をもって指導に当たることができる。技術指導のためだけでなく、指導者自身の指導力向上の観点からも、積極的に研修会等に参加することが大切である。

## 8 部活動指導の在り方の見直し

### (1) 部活動の運営

部活動は、必要に応じて周囲の協力を得ながら、学校全体で組織的に活性化させていくことが大切である。

顧問の配置については、小規模校では、必ず一人が全てを担当しなくても、顧問を複数配置することで役割を分担する指導の在り方もある。技術的な指導はできなくても、生徒の活動を見守ったり、一緒に活動したりすることで、生徒の気持ちに寄り添う指導者の存在はとても大切である。

技術的な指導においては、生徒や日常の活動の実態等を十分に考慮しながら、状況によっては、専門性を有する指導者(外部指導者等)に指導の協力を依頼し、協力を得ることも効果的である。

外部指導者の活用にあたっては、部活動が学校管理下で行われる活動であることを踏まえ、外部指導者に対し、事前に校長から学校部活動運営方針等を説明し、十分に理解を得たうえで指導にあたってもらうことが必要である。

### (2) 合同チームの取組

特に運動部のチーム競技においては、生徒数の減少に伴い、単一校で生徒のニーズに応じた部が設置できなかつたり、チーム編成が成り立たなかつたりし、生徒の希望に応じることができない状況が出る場合が考えられる。

部活動の運営を支える体制づくりについては、学校の実態を見据え、慎重に検討しなければならない。出場最低人数を下回るなどの理由から、合同チームの編成を検討・実施するにあたっては、当該校の校長・指導者において、移動時の安

全確保や練習時間・練習場所・指導体制等を十分考慮・確認し、生徒・保護者の理解の上で進めることが必要である。

## 9 体罰等の行き過ぎた指導の根絶

部活動の指導は、生徒の健康状態、心身の発達状況、技能の習熟度、安全確保等を総合的に考え、合理的な内容と方法により行う必要がある。

指導と称して殴る、蹴る等の行為はもちろんのこと、その他、特定の姿勢を長時間にわたって保持させる等の行為によって生徒に心身の苦痛を与えたり、パワーハラスメントと判断される言葉や態度による脅し、威圧・威嚇的発言や行為、セクシャルハラスメントと判断される発言や行為等、生徒の人間性や人格の尊厳を損ね、否定したりする行為は決して許されない。体罰等は、直接行為を受けた生徒のみならず、その場に居合わせ、その行為を目撃した生徒の心にも悪影響を及ぼすことになる。

部活動の指導において、体罰を「厳しい指導」として正当化することは、あってはならない。「アンガーマネジメント」研修等を重ね、指導力の向上を図ることが大切である。「体罰は許さない」という信念のもと、生徒の「心に響く指導」を心がけなければならない。

なお、これらの行為については、部活動内の先輩、後輩等の生徒間でも同様のことが行われないように注意を払うことが必要である。

## 10 安全管理

部活動は、学校管理下において行われる活動であり、生徒の安全な活動が大前提となる。そのために、実施にあたっては、一人の指導者だけでなく、できれば複数の指導者による指導・監督体制が望まれる。

日頃から、全教職員が事故防止に対する意識を高め、指導時の事故を未然に防ぐための適切な行動がとれるようにすることが大切である。

### 【安全管理】のポイント

#### (1) 健康状態の把握

- ①指導者は、部員が日頃から自分の健康管理について関心をもつよう指導するとともに、部員が、自分の身体に異変を感じた時に、直ちに指導者に伝わる体制等（伝えやすい環境づくりなど）を整える。
- ②指導者は、体調がすぐれない生徒に対して、活動を中止させるなど、適切な対応をとる。
- ③健康診断等で異常が認められた生徒に対しては、保護者、養護教諭、学級担任等との連携を密にし、活動の可否の確認や健康状態の把握に努める。

(2) 個の能力に応じた指導

- ①生徒の個人差に十分配慮した活動内容や方法を工夫し、「易→難」等、段階的な指導を行う。
- ②特に運動部では、非日常的な身体活動が展開される場合がある。新しい内容(技)や難度の高い技術の練習には、必ず指導者が付き添い、生徒に無理がかかる状況をつくらないなど、能力に応じた活動とする。

(3) 特性を踏まえた合理的な指導

- ①「なぜ、この練習が必要なのか」、「この練習を繰り返すことで、どのような力が身につくのか」など、活動の目的や方法について、生徒に理解させる。
- ②基本となる技能(柔道の受け身等)を大切に活動を実践することで、事故を未然に防ぐ。
- ③科学的な指導内容、方法を積極的に取り入れるようにする。このことは、生徒の発達の段階を考慮せず、肩、肘、腰、膝などの酷使によるスポーツ障害を防ぐためにも必要である。

(4) 施設・設備等の安全点検と安全指導

- ①活動場所、使用器具等の安全点検を設定・実施し、生徒にも安全確認の習慣化を図るようにする。

**【参考】学校保健安全法施行規則**

**\* (安全点検)**

第二十八条 法第二十七条の安全点検は、他の法令に基づくもののほか、毎学期一回以上、児童生徒等が通常使用する施設および設備の異常の有無について系統的に行わなければならない。

2 学校においては、必要があるときは、臨時に、安全点検を行うものとする。

**\* (日常における環境の安全)**

第二十九条 学校においては、前条の安全点検のほか、設備等について日常的な点検を行い、環境の安全の確保を図らなければならない。

- ②サッカー(ハンドボール) ゴールにぶら下がり、ゴールと一緒に転倒してし



まうことによる事故が発生している。ゴールは、適切に設置（固定等）するとともに、正しく取り扱うよう事前指導を行う。

学校等で使用されるゴールのなかには、移動時を考慮し、軽量化されたものがある。固定されていないことによって、風等の自然現象により転倒する危険もあることを認識しておく必要がある。

(5) 指導時の指導者の立会い

- ①安全実施のため、原則、指導者は指導場所で指導する。
- ②指導者が活動場所に立ち会えない場合には、危険性が高いと考えられる活動を生徒が行わないよう指導し、生徒の能力に応じた段階的な活動をさせるなど、安全に配慮することが大切である。
- ③適切に活動計画を立て、日ごろから安全に配慮した指導を行うことが、生徒はもとより指導者の不安をなくすことにもつながる。

(6) 部活動時の生徒の輸送に係わる交通安全対策

- ①生徒の輸送は、公共交通機関の利用が原則である。
- ②生徒の輸送については、熊野市の規定に基づき対応する。

**【参考】「熊野市立小中学校教職員等の自家用車自動車による出張規則」**

第4条 校長は、職員の申出により次の各号のいずれかに該当すると認めるときは、職員が自家用自動車を使用して出張することを承認することができる。

- (1) 児童生徒の傷病による緊急移送をするとき
- (2) 職務遂行に公共交通機関を使用することが困難なとき
- (3) 前2号に定めるほか特に必要なとき

※第4条の2号、3号については、事前に教育委員会と協議を願います。

(7) 天候等を考慮した指導

- ①活動時の気象情報には十分留意する。特に高温・多湿の状況下においては、適切な水分補給や健康観察を行い、熱中症等に注意する。
- ②雷や暴風等に対して、活動の中止や中断の判断が的確に行えるよう、気象情報の収集に努める。事前に、生徒（保護者）への判断基準を示し、生徒が自ら考え、適切に判断できるようサポートすることも大切である。

## 【雷について】

(参考1) 落雷事故の防止について(平成29年7月 文部科学省通知を参考)

- 1 事前に天気予報を確認するとともに、天候の急変などの場合には、ためらうことなく計画の変更・中止などの適切な措置を講ずる。
- 2 日本大気電気学会編「雷から身を守る—安全対策 Q&A—改訂版(平成13年5月1日発行)」によると、
  - 厚い黒雲が頭上に広がった際は、雷雲の接近を意識する。
  - 雷鳴は、かすかでも危険信号であり、雷鳴が聞こえる時は、落雷を受ける危険性があるため、すぐに安全な場所に避難する。  
＜安全な場所＞鉄筋コンクリートの建物、自動車、バス、等の内部
  - 人体は、同じ高さの金属像と同様に落雷を誘導するものであり、たとえ身に付けた金属を外したり、ゴム長靴やレインコート等の絶縁物を身に付けていたりしても、落雷を阻止する効果はない。
  - 気象庁ホームページにおいて、「雷注意報」等の発表状況や雷発生の可能性や激しさについて、詳細な地域分布と1時間先まで10分毎の予報を確認できる。

(参考2) 雷基礎知識(日本大気電気学会ホームページ参照)

- 雷は高いところへ落ちる！
  - ・平地で立った人と、低姿勢の人が並んでいた場合は、立った人へ落ちるとほぼ断定できる。万が一の場合は、姿勢を低く。
- 林や森の中も危険！
  - ・木の下は、木への落雷による側撃雷の危険性が高い。
- 高い物体のそばは安全？
  - ・建物や車など周囲に何も無い所では、コンクリート製の電柱のそばが安全といえる。物体が電気の伝導体で完全設置されていれば、そのそばの安全性は高い。
- 逃げる場所がない所での基本姿勢は？
  - ・万が一、逃げ込む所がない時は、両足をそろえて膝を折って、上半身は前かがみになり、頭を下げる。地面に腹ばいになるのは危険性がある。
- 天気情報が最善の危機回避行動！
  - ・雷雨の接近情報を入手したら、速やかに活動を中断して避難する。

#### (8) 熱中症の対応

熱中症は、夏の気温が高い時に発生しやすくなるが、場合によっては、春から夏に季節が変わる頃にも起こり得る。

活動内容によっては、活動する場所の窓を閉めて行う場合もある。

指導者は、活動中、適度に休養を入れたり、こまめに水分を補給させたりする等「熱中症を発症しない・させない」取組を徹底していくことが大切である。県教育委員会作成の『学校管理下における危機管理マニュアル』や（公財）日本体育協会作成の「スポーツ活動中の熱中症予防ガイド」などを参考に適切な指導を行っていく。

### 11 事故発生時の対応

万が一の状況が発生した場合には、関係者が適切かつ迅速に対応することが重要である。

「医療行為の必要な事故が発生した場合の連絡体制」については、県教育委員会作成の「学校管理下における危機管理マニュアル」を参考に対応する。