

令和4年度 白河市立白河中央中学校の部活動等の方針

～目標は県の旗、目的は人づくり～

1 本方針策定の趣旨等

中学校における部活動は、共通の興味・関心を持つ生徒たちの自主的・自発的な参加により行われるもので、スポーツや文化及び科学等に親しむ中で個性の伸長を図るとともに、自主性や協調性、責任感、連帯感などが養われる教育的意義の高い活動である。また、学校教育の一環として、教育課程との関連を図りながら行われなければならない。

このように教育的価値の高い部活動等の在り方について、白河市教育委員会における「白河市立中学校運動部活動の在り方に関する方針」を受け策定するものである。

なお、本方針は、運動部活動と文化部活動の区別をするものではない。

I 学校教育における部活動の位置付けと意義

1 部活動の位置付け

(1) 中学校学習指導要領における、部活動の位置付けは以下のとおりである。

教育課程外の学校教育活動と教育課程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。

～中学校学習指導要領第1章総則第5の1のウ(平成29年告示)より～

(2) 各学校においては、部活動を持続可能なものにするため、様々な変化に対応し、地域との連携も視野に入れた適正な部活動の位置付けや運営について、工夫と改善を図る。

2 部活動の意義

学校教育の一環として行われる部活動は、部活動顧問等の指導の下、スポーツ等に興味・関心を持つ同好の生徒で組織し、部員同士が互いに切磋琢磨し、自己の能力に応じてより高い水準の技能や記録に挑戦する中で、その楽しさや喜びを味わう自主的・自発的な活動であり、主に次のような意義や効果をもたらす。

- 自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成する。
- スポーツ等の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かな生活を継続する。
- 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、学級や学年を離れて仲間や指導者と密接に触れ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。

II 適切な休養日や練習時間の設定等

1 適切な部活動休養日や練習時間の設定

(1) 休養日の設定

平日週1日以上及び土日いずれかの週2日以上

- ① 平日の休養日1日は、児童生徒一斉下校日を利用する等して、一斉に実施するこ

ととするが、練習施設の確保等の事情がある場合は、校長の判断で一部の部活動等のみ別日に設定することができる。

- ② 土日に大会等（遠征・合宿を含む）が実施される場合は、年度内の別日に休養日を振り替える。

- ・ 土日連続しての練習及び練習試合は行なわない。ただし、大会等を控えている場合はこの限りではない。生徒・保護者の合意を得た上で、所定の手続きを経て実施することができるが、その分の休養日を必ず設ける。
- ・ 学校閉庁日、長期休業日の土日は原則休養日とする。
- ・ 大会のため、土日に連続して活動した場合、翌週の平日を休養日とするが、練習施設の確保等の事情がある場合はこの限りではない。

- ③ 定期テスト前は部活動の中止期間を設ける。（中間テストは試験前日までの3日間とする。期末テストは試験前日の3日間とテスト初日の計4日間とする）ただし、大会等を控えている場合は、この限りではない。生徒・保護者の合意を得た上で、所定の手続きを経て実施することができるが、生徒の負担過重とならないよう十分配慮する。

- ④ 学校又は部活動等单位で、休養日を示したカレンダー等を作成し、各家庭に配付する等、児童生徒が見通しをもって計画的に活動したり学習等を進めたりできるようにする。

(2) 適切な練習時間の上限の設定

平日 2 時間 休日 3 時間

◆ 平日 18 : 30 には完全下校 ◆

- ① 練習時間の上限を設けることで、生徒の学習時間等を確保するとともに、教員の授業準備等の時間を確保する。
- ② 平日は、18時30分を上限とし、完全に児童生徒を下校させる。大会前を含めて上限の延長を認めない。
- ③ 平日の大会、あるいは土日の大会等（遠征・合宿を含む）は、練習時間の設定とは別に計画されるが、児童生徒の健康、安全を第一に考え、休養日（振替の休養日を含む）を設ける。土日のどちらか1日に3時間を越えて練習試合を行うことはできるが、生徒の健康に十分留意する。
- ④ 特設部の活動についてはこれとは別に行うが、上記の趣旨を踏まえ、教員および生徒の負担過重とならないよう配慮する。
- ・ 朝練習は、原則として実施しない。ただし、特設部（陸上・駅伝）についてはこの限りではない。生徒・保護者の合意を得た上で、指定の手続きを経て実施することができるが、授業等の教育活動に支障がないよう十分配慮する。

2 大会等への参加の見直し

- (1) スポーツ医・科学的な観点から生徒の健康・安全を第一に考え、学校単位で参加する大会等の見直しを行う。
- (2) 競技団体が主催する各種大会への参加については、教育課程に基づいて実施する行事等の日程を優先するとともに、生徒や家庭に過度な負担をかけることがないようにする。
- (3) 学校は、大会の主催者に対して、生徒や部活動顧問等の負担が過度にならないよう大会等の精選について要請する。

III 適切な部活動運営のための体制整備

1 学校における部活動の役割の明確化と目標、指導の在り方

校長のリーダーシップのもと、教職員の負担軽減の観点にも配慮しつつ、学校組織全

体で部活動の役割を明確にし、その上で運営や指導の目標、方針を検討・作成し、また、部活動顧問等の間で指導内容・方法等の意見・情報交換ができるようにするとともに、日常的に指導助言を行う。

(1) 部活動運営に当たっての役割

＜管理職＞

- 学校の部活動に係る活動方針の作成
- 危機管理体制の整備と指導助言
- 部活動の編成と管理
- 各部活動の運営状況の確認
- 部活動に係る意見・情報交換の場の設定
- 大会、練習試合、合宿等の掌握
- 引率業務の管理
- 部活動顧問のサービス管理
- 関係機関との連絡・調整
- 外部指導者の活用

＜部活動顧問＞

- 活動計画の作成（年間・月間）
- 施設、用具の管理と事故防止
- 実技指導（安全指導を含む）
- 部員の健康管理
- 部活動予算の管理
- 大会や練習試合等の引率
- 関係競技団体及び保護者との連携
- 研修会参加による指導技術等の向上
- 外部指導者との連携、調整

2 部活動に係る活動方針・年間活動計画等の作成

- (1) 校長は、学校の設置者の方針に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定、公表し、その方針に則り、各部の休養日及び練習時間等を設定し、公表するとともに、その運用を徹底する。
- (2) 部活動顧問等は、担当する部活動の年間活動計画を作成し、毎月の活動計画及び活動実績を校長に提出する。なお、年間活動計画については、1年を試合期、充実期、休養期などに分け、活動にメリハリをつけることや、生徒や地域の実態を踏まえた計画を作成するなど配慮する。
- (3) 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部活動の活動内容を把握し、生徒が安全に活動を行い、部活動顧問等の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正する。

3 部活動の見直しと複数顧問制の導入

- (1) 校長は、部活動の設置数を精選するとともに、一つの部活動に対し複数顧問の配置推進に努める。また、指導時間についても顧問間で調整し、部活動指導に偏りがないように努め、校務の処理や生徒と向き合う時間を確保する。
- (2) 校長は、部活動への参加を一層高めるために、生徒の多様なニーズを把握し、必要に応じて、活動内容や実施形態の工夫、シーズン制等による複数種目実施、複数校による合同実施等の様々な取組を推進する。

4 保護者との連携

部活動は、学校教育活動の一環として、教育課程との関連を図りながら実施することから、学校行事などと同様に、保護者の理解や協力を得ることが必要である。日頃から保護者との信頼関係を構築し、学校全体の目標や方針、各部の活動の目標や方針、休養

日や活動時間を含めた計画等について積極的に説明し、理解を得ることが必要である。

(1) 連携のポイント

- 年度当初に、活動方針や年間計画を説明し、その後、定期的に練習計画等を周知する。
- 保護者との連絡体制を構築し、緊急時の対応について確認する。
- 保護者の経済的負担に配慮するとともに、必要な場合は、丁寧に説明する。

5 地域との連携

- (1) 地域では、体育協会やスポーツ少年団等様々な競技団体やレクリエーション団体が活動していることから、部活動を実施する上で、これらの団体と連携し、技術指導の依頼、交流など様々な活動の仕方を工夫する。
- (2) 地域の団体等と連携する場合、部活動の活動量や強度について考慮し、生徒の負担とならないよう学校生活や学習とのバランスが保たれた取組になるよう考慮する。

6 外部指導者及び部活動指導員の活用

- (1) 学校が、地域の指導者等に外部指導者として協力を得る場合には、「部活動は、学校教育の一環として進められる教育活動である」ことを踏まえ、学校全体の教育目標や方針、部活動の活動目標等について、校長や部活動顧問等と外部指導者との間で十分な調整を行うとともに、相互に情報を共有できるようにする。
- (2) 外部指導者を招く場合は、次の内容について留意する。
 - 学校全体で導入の方針等を確認し、保護者にも外部指導者について周知する。
 - 外部指導者は、健康で、指導するスポーツに係る専門的な知識・技能のみならず、学校教育に関する十分な理解を有する者に依頼する。
 - 活動方針や活動計画の作成など、運営全体は部活動顧問等が進める。
 - 部活動顧問等は、外部指導者とは常に情報交換を行い、適切な連携を図る。
- (3) 部活動顧問等と外部指導者は、次の内容について確認する。
 - 活動の目標、計画、内容の確認と、部活動顧問等と外部指導者の役割分担
 - 緊急連絡体制、事故発生時の対応等
 - 生徒間トラブルや生徒からの相談などの情報
 - 不適切な指導及び体罰の禁止
 - 練習時間や休養日の確認（スポーツ障害の予防や生徒のバランスのとれた生活と成長の確保を優先する）
- (4) 外部指導者には、問題となる次の指導例について周知する。
 - 独自判断による練習日程、場所、練習内容の変更
 - 独自判断による大会への参加や練習試合・練習会への参加
 - 学校で定めた練習時間を守らない指導や学校外での指導
 - その他、学校の方針に反する指導等

7 緊急時に備えた体制整備

- (1) 万が一、事故が発生した場合に備え、学校全体の救急及び緊急連絡体制を確立し、教職員及び外部指導者で共有する（管理職が不在の場合や学校外での活動時の事故も含む）。
- (2) 学校の危機管理マニュアルに明記する。

IV 部活動での適切な指導に向けて

1 生徒の心身の健康管理及び事故防止

- (1) 部活動顧問等は、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たりしながら指導する。また、部長の生徒は心身両面で他の生徒よりも負担がかかる場合があるため、適切な助言その他の支援にも留意する。

- (2) 計画的な活動により、各生徒の発達段階や体力、技能の習得状況を把握し、無理のない練習に留意するとともに、生徒の体調等の確認、関係施設・設備・用具の定期的な安全確認、事故が起きた場合の対処法の確認、医療関係者等への連絡体制を整備する。また、生徒自身自らが、積極的に自分や他人の安全を確保できるようにする。
- (3) 常に、最悪の場合を想定し指導に当たる。また、部活動顧問等一人一人が救急救命法やAED（自動体外式除細動器）の適切な使用方法について十分に理解し、緊急時に適切に対応できるようにする。
- (4) 障がいのある生徒については、一人一人の障がいの程度や状態等が様々なことから、部活動顧問等間で配慮事項等を把握するとともに行動の観察と危険を予測しながら、安全に十分配慮して指導に当たる。また、既往歴の把握や健康観察にも留意する。
- (5) 頭を強く打ち付けた場合は、直ちに活動を中止し、脳神経外科等の専門医の診断を受ける。なお、頭に同じような衝撃を二度受けた場合、一度目が軽微なものであっても、二度目の症状が重篤になること（セカンドインパクト症候群）があるため活動に復帰させる際には、専門医の判断を仰ぐ。
- (6) 発達の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する。
- (7) 熱中症予防について十分留意する。なお、熱中症の発生には環境の条件以外に、運動の条件や個人のコンディションも関係していることを認識する。また、雷や暴風、ゲリラ豪雨、PM2.5などの気象情報も事前に収集し、対応を検討しておく。

2 部活動顧問等の体罰・ハラスメントの根絶

- (1) 部活動での指導で、体罰や暴言を厳しい指導として正当化することは誤りである。体罰等は、学校教育法に違反するのみならず、生徒の心身に深刻な悪影響を与えるものであり、決して許されないものであるとの認識を持ち、体罰等のない指導を徹底する。
- (2) 部活動顧問等は、生徒の人格を否定する発言や指導者としての信用を失墜させる行為（セクハラ、パワハラ、モラハラ、個人情報漏洩等）が、生徒や保護者の信頼を裏切る行為であり、絶対にあってはならないものであるという自覚をもって指導に当たる。
- (3) 生徒との私的な電子メールやSNS等のやりとりは行わない。

3 科学的なトレーニング方法の積極的な導入

部活動顧問等は、自分自身のこれまでの実践や経験による指導だけでなく、科学的な理論や根拠が得られている練習法や新たに開発された技術などを積極的に習得し、日頃の指導に生かすようにする。

体育・スポーツの研究によると、筋力や全身持久力をはじめとする体力の要素は、運動をすればするほど向上するものではなく、適切な休養と栄養の補給を挟みながら運動することで運動前よりも体力が向上することが明らかになっている。（超回復）

また、トレーニングの負荷については、生徒の体力状況に応じた適切な負荷であることが必要である（トレーニングの三原理・五原則）。

4 指導能力の継続的な向上

- (1) 「部活動は、学校教育の一環である」ことを踏まえ、校長は、学校組織全体で取組を進めるために、部活動顧問等に対して部活動の意義、運営や指導の在り方について研修等により共通理解を図る。
- (2) 部活動顧問等は、技術指導の内容とともに、生徒の発達の段階や成長による変化、心理、生理、休養、栄養、部のマネジメント、コミュニケーション等に関する幅広い知識や技能を継続的に習得し、多様な面での指導力を身に付け、それらを向上させることが重要である。