

# 隠岐の島町立中学校に係る部活動の方針

平成31年3月 隠岐の島町教育委員会

## 1. 部活動の位置付けと意義・効果

### (1) 部活動の位置付け

中学校の部活動は、中学校学習指導要領において、学校教育の一環として、学校経営方針に基づき教育課程との関連を図りながら、組織的、計画的に実施する教育活動として位置付けられている。

### (2) 部活動の意義・効果

部活動は、中学生にとって、スポーツや文化的活動の楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験することができる多様な学びの場であり、心身ともに著しい成長を遂げる中学生にとって非常に教育的効果が高い活動である。

- 共通のスポーツや文化的活動に興味・関心をもった生徒が、学年の枠をこえて集い活動することは、生徒たちの自主性・自発性を育成する。
- 大会や発表会等、共通の目標に向かって互いに努力を重ねていく経験は、自己肯定感、責任感、連帯感を育成し、また、協調性、社会性を育て、コミュニケーション力の育成にもつながる。
- 部活動を通して学校教育の中で学んだ学習内容を発展させ、自分の興味・関心を追求していく中で、知識、技能の深化が望める。
- 生涯にわたりスポーツ、文化、科学等に親しみ、生活を豊かにしていくための資質を育てる。

## 2. 部活動の基本方針

部活動の位置づけや意義、生徒・教職員の現状と課題を踏まえ、次の4項目を部活動の基本方針として定める。

### 【部活動の基本方針】

1. 生徒の心身のバランスのとれた成長と、豊かな学校生活につながる部活動
2. 生徒の自主性・自発性を育て、自己肯定感・責任感・連帯感を育成に資する部活動
3. 生徒の知識・技能を高め、生涯にわたり生活を豊かにしていくための資質を育む部活動
4. 生徒の多様なニーズに応じて、学校や地域の実態を考慮した持続可能な部活動

隠岐の島町教育委員会は、部活動の基本方針の具現化のため「隠岐の島町立中学校に係る部活動の方針」（以下、「町の方針」という。）を策定する。

各中学校は町の方針に基づき、保護者や地域との連携を密にしながら、学校全体として部活動の指導・運営に係る体制を構築し、部活動の更なる充実を図る。同時に指導にあたる教員の働き方改革の視点からも見直しを図り、生徒にとっても、指導する教員にとってもやりがいのある部活動を実現する。

## 3. 適切な運営のための体制整備

### (1) 活動方針の策定と年間活動計画・活動実績等の作成

- 教育委員会は、「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）（以下、「国のガイドライン」という。）に則り、島根県教育委員会の「部活動

の在り方に関する方針」（以下、「県の方針」という。）を参考に、県の方針の基準を踏まえて、休養日及び活動時間等を設定した町の方針を策定する。

- 校長は町の方針に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定する。
- 部活動顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日、及び参加予定大会、遠征及び合宿の予定日程等）及び毎月の活動実績を作成し、校長に提出する。
- 校長は、活動方針及び活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。
- 各学校は、活動実績について、学校評議員等を活用し、評価を行う。
- 教育委員会は、各学校において部活動の活動方針及び活動計画・活動実績等の策定等が効率的に行えるよう、簡素で活用しやすい様式の作成等を行う。

## （２）指導・運営に係る体制の構築

### ① 適正な数の部活動の設置

- 校長は、生徒・教職員の現状と課題を踏まえ、活動内容の充実、及び生徒の安全確保と同時に教員の長時間勤務の是正等の観点から、円滑に部活動を実施できるよう、適正な数の部活動を設置する。

### ② 複数顧問体制による運営と部活動指導員等の活用

- 校長は、部活動顧問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、教師の他の校務分掌や、部活動指導員等の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての指導・運営に係る体制の構築を図る。また、事故や不測の事態等への対応や教員の長時間勤務の是正等の観点から、原則として、複数顧問体制による運営を行うことが望ましい。
- 校長は、部活動指導員等の協力を得る場合に、学校全体の目標や方針、各部活動での目標や方針、練習計画、具体的な指導方法や内容、生徒の状況、事故対応等、十分な理解を得るとともに、学校、部活動顧問との情報交換や、情報を共有することに努める。

### ③ 適切で効果的な部活動指導に必要な研修等の実施と参加

- 教育委員会は、部活動顧問を対象とする指導に係る知識及び実技の質の向上並びに学校の管理職を対象とする部活動の適切な運営に係る実効性の確保を図るための研修等の取組を行う。
- 教育委員会は、部活動指導員等の任用・配置に当たっては、次の内容の研修を行う。
  - ・ 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適切な対応
  - ・ 生徒の人格を傷つける言動や体罰の禁止
  - ・ 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）を遵守
- 各学校においては、部活動運営に関わる研修会や部活動顧問会議等を行い、適切な部活動指導が行われるように取組む。
- 部活動顧問は、競技団体等で実施している研修会や講習会に参加し自己研鑽に努めることも必要である。また、学校は、これら研修等への参加に際して、必要な配慮をする。

## 4. 合理的かつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

### （１）適切な指導の実施

- 部活動の指導は、学校、指導者、生徒、保護者の中で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・時間、安全環境、気象状況等を総合的に考えた科学的、合理的な内容、方法により行う。
- 校長及び部活動顧問は、部活動の実施に当たっては、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（スポーツ障害・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。
- 校長及び部活動顧問は、公益財団法人日本スポーツ協会の「熱中症予防運動指針」に基づき、気象庁が発令する「高温注意情報」や教育委員会からの「注意喚起」等を参考に、熱中症への最大限の注意を払い、状況に応じて部活動を中止する等、万全の対策を講ずる。その際、県教育委員会策定の「学校危機管理の手引」の中の熱中症対策に関する内容も参考にする。
- 部活動顧問は、スポーツ医・科学の見地から、トレーニング効果を得るために休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習がスポーツ障害・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とともに、生徒の体力の向上や生涯にわたった運動習慣の形成に向けて、生徒と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の積極的な導入等により、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。また、専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、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を行う。
- 部活動顧問は、「勝利至上主義」と言われるように、勝つことや、技術向上ばかりを重視し、過度な練習を強いるようなことがないようにし、生徒とのコミュニケーションを十分に取り、一緒になって練習計画を立案するなど生徒の意見を尊重しながら、バランスのとれた運営と指導を行う。

## (2) 部活動用指導手引の活用

- 部活動顧問は、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行うために、中央競技団体等が作成した指導手引を活用して、適切な指導を行う。

## 5. 適切な休養日・活動時間の設定

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、学業、運動、食事、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、基準を設定する。

### (1) 学期中の休養日の基準

- 週当たり2日以上休養日を設ける。
- 平日に1日以上、かつ土曜日及び日曜日に1日以上を休養日とする。
  - ・スポーツ医・科学の観点から、休養は心身を休めて疲労回復したり、ストレスを解消したりするために必要である。また、休養日を設定することで学業との両立が図られる。
  - ・休養日の設定に当たっては「しまね家庭の日」（毎月第3日曜日）の取組を考慮する。
  - ・休養日として設定した日に、大会やコンクール、合宿等が開催されるようになった場合、大会等の終了後、早い時期に休養日を設定する。

## (2) 学期中の活動時間の基準

- **1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日は3時間程度とする**
  - ・スポーツ医・科学の観点から活動時間の設定は必要である。
  - ・一週間の中で終業時間が違うこともあるため、曜日によって活動時間（活動終了時刻）を変更する等、適切に設定する。
  - ・日没時刻との関係上、冬期の活動時間は夏期に比べて短くなることも考えられるため、季節によって活動時間（活動終了時刻）を変更する等、適切に設定する。
  - ・大会前や合宿、遠征、またマリンスポーツやウィンタースポーツのように季節限定で活動する等、一定期間に活動時間を増やす必要がある場合については、その後に活動時間を短縮する等、適切に設定する。
  - ・体育館やグラウンドの使用ローテーションや、天候により活動場所や時間に制約がある場合、活動時間を変更する等、適切に設定する。

## (3) 長期休業中の休養日・活動時間の基準

- **休養日の設定は学期中と同じ(週2日以上)**
- **活動時間の設定は学期中の週休日と同じ(長くとも3時間程度)**
  - ・長期休業中であっても、生徒に対し、健康面や学業との両立の側面で配慮すべき点は全く変わらない。
  - ・長期休業中の休養日や活動時間について、この期間にしかできないような活動（県大会・全国大会等）への参加も考慮した上で、活動時間やある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設定する。
  - ・長期休業中は、生徒が十分な休養をと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、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設定する。

## 6. 生徒のニーズを踏まえた部活動環境の整備

### (1) 生徒のニーズを踏まえた部活動の設置

- 校長は、運動・スポーツの苦手な生徒や障がいのある生徒等でも友達と楽しんだり、適度な頻度で行ったりする運動部の設置や文化芸術に親しむ部の設置等、生徒のニーズに応じた活動を行うことができる部活動の設置について、学校の実態を踏まえた上で検討する。

### (2) 合同部活動等の取組

- 教育委員会は、生徒数減少等の実情を踏まえ、単一の学校では特定の部活動を設けることができない場合には、生徒の活動の機会が損なわれないよう、複数校による合同部活動等の取組を推進する。
- 校長は、生徒数減少等により、単一の学校では大会に参加できない場合には、複数校による合同チーム等での参加の取組を推進する。

### (3) 保護者の理解と協力・地域との連携等

- 教育委員会及び学校は、生徒のスポーツ、文化及び科学等の活動環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ・文化団体等との連携、保護者の理解と協力、民間事業者の活用等による、学校と地域が共に生徒を育てるという視点に立った、学校と地域が協働・融合した形での地域における活動の環境整備を進める。

- 保護者の理解と協力は、部活動の運営上欠かすことができない大切なことである。このため、日頃の活動を見てもらう環境づくり等も必要であり、校長は、部活動の意義や学校としての方針を保護者に示すとともに理解に努める。
- 教育委員会及び学校は、学校外（社会体育等）で活動している生徒の中体連等の大会参加について、部活動と同様に参加できるような環境づくりを検討する。

## **7. 学校単位で参加する大会等の見直し**

校長は、活動計画及び活動実績等を踏まえ、生徒の教育上の意義や、生徒や部活動顧問の負担が過度とならないよう、参加する大会、合宿や遠征等を精査し、必要に応じて指導・是正を行う。



様式 2

**年度            中学校            部年間活動計画**

部員数	男子 名	女子 名	合計 名
顧問	主顧問		副顧問
活動日			
休養日			
活動時間	平日	休日	
活動場所			

活動目標	
------	--

月	公式戦等	その他の活動 (遠征・合宿・休養日等)	校内での活動・練習等
4月			
5月			
6月			
7月			
8月			
9月			
10月			
11月			
12月			
1月			
2月			
3月			

特記事項	
------	--

※ 部員名簿（学年、氏名）を添付すること。

年 月 中学校 部活動実績

日	曜日	行事等	活動の有・無	活動時間	活動場所	活動内容
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						

※ 校内での通常活動については活動の有無のみを記載すること。

## 【資料】

### ○中学校学習指導要領【平成29年3月公示】

#### 第1章 総則 第5 学校運営上の留意事項

##### 1 教育課程の改善と学校評価，教育課程外の活動との連携等

ウ 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。

#### 〔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ついて（平成29年12月18日公益財団法人日本体育協会）〕

- ・行き過ぎたスポーツ活動を行うことは、スポーツ外傷・障害やバーンアウトのリスクが高まり、体力・運動能力の向上につながらず、具体的には、休養日を少なくとも1週間に1～2日設けることが望ましい。週あ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。

#### 〔現代高等保健体育（大修館）〕、〔新しい保健体育（東京書籍）〕

- ・運動や勉学などで体や脳が疲れたとき、休養をとらないと疲労は回復されず、判断力が鈍って事故を招いたり、免疫の働きが弱まったりするなどして、健康を損ねることにもなる。疲労は、情緒を不安定にし、活力を低下させるなど、生活の質に大きく影響するが、適切に休養をとれば疲労は回復し、活力がよみがえる。
- ・特に睡眠は重要で、睡眠には、心身の疲労を回復させ、体の傷んだ部分を修復し、体の抵抗力を高める働きがある。
- ・体には、難度や強度の高い運動をおこなうと、最初は疲労によって一時的に体の機能が低下するが、適度な休養をとることによって前よりも高いレベルにまで回復する性質（超回復）がある。