

# 湖南中学校運動部活動方針

平成30年8月  
河口湖南中学校組合教育委員会

# 目 次

<b>I 方針策定の趣旨</b>	
1 背景 .....	1
2 方向性 .....	2
<b>II 部活動の運営</b>	
1 運営方針 .....	2
2 学校組織 .....	3
3 体験入部・仮入部 .....	3
4 練習計画 .....	3
5 部活動説明会 .....	3
6 休養日・練習時間 .....	3
7 指導者 .....	5
8 安全確保 .....	5
9 健康管理 .....	6
10 事故発生時の対応 .....	6
11 評価と改善 .....	7
<b>III 部活動の指導</b>	
1 目標設定 .....	7
2 効果的・効率的な指導 .....	8
3 指導力の向上 .....	8
4 不適切な指導の防止 .....	8
<b>IV その他</b> .....	9

# I 策定の趣旨

## 1 背景

河口湖南中学校組合（以下、「組合」という。）は、富士河口湖町と鳴沢村の組合立の中学校一校のみを所管する。この組合立河口湖南中学校においては、「部活動の意義」や「目指す部活動」の在り方を踏まえ、運動部のみならず、文化部を含む全部活動を学校教育の一環として捉え、教育課程との関連を図りながら取り組むことによって今まで大きな成果を上げてきている。

しかし、社会・経済の変化等に伴い、教育等に関わる課題は複雑化・多様化し、子供たちの教育環境を取り巻く状況も大きく変化しており、部活動についても、部活動指導が教員の長時間労働につながっていることや、適切な休養を伴わない行き過ぎた活動による授業への影響やスポーツ障害の懸念など、様々な課題が指摘されている。

こうしたことから、主に運動部活動については、少子化が進展する中、将来においても、全国の生徒が生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育む基盤として運動部活動を持続可能なものとし、ニーズに応じた活動ができるよう、平成30年3月スポーツ庁は、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定し、これを踏まえ山梨県教育委員会では、生徒にとって望ましい運動部活動の環境を構築するという観点に立ち、運動部活動が地域、学校等に応じて最適な形で実施されるよう、学校における体制整備等を推進するため、「やまなし運動部活動ガイドライン」（以下、「ガイドライン」という。）を策定し平成30年4月1日から適用した。

本ガイドラインに沿って、学校、運動部顧問教員及び部活動指導員（以下「運動部顧問」という。）が、運動部活動での運営や具体的な指導の在り方、内容や方法について必要な検討、見直し、創意工夫、改善を進め、それぞれ学校の特色を生かした取組を行うことにより、運動部活動を一層充実させていく必要がある。

本組合においても、ガイドラインに則りながら、様々な課題を解決しつつ、部活動がより一層効率的・効果的に行われ、生徒の健全な成長を支え、これまで以上の成果が上がることを期待して「設置する学校に係わる運動部活動方針」を定めることとする。

なお、文化部については、文化庁においてそのガイドライン等の検討が行われているので当面は「湖南中学校運動部活動方針」を準用していくこととする。

### (1)部活動の意義

部活動は、次期学習指導要領において、以下のように示されている。

・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、学校の教育活動の一環として、教育課程との連携が図られるように留意すること。

（中学校学習指導要領 平成29年3月における部活動の位置付け）

- ① 部活動は様々な過程を通して学校の授業や学校行事などでは得られない貴重な経験ができる活動である。
- ② 部活動は多くの同学年・異学年の仲間との集団活動を通して、互いを思いやる心や感謝の気持ち、連帯感などの豊かな人間性と社会性を育むことができる。

- ③ 目標をもって主体的に部活動に参加するだけでなく、その経験を学校生活で生かすことと、より充実した学校生活を送ることができる。
  - ④ 学校教育の一環として教育課程と関連づけて適切に実施することで、生徒の体力の向上と情操の育成、豊かな人間性や生活の充実が図られるとともに、生涯にわたるスポーツ、文化、科学等との豊かな関わり方を学ぶことができ、生徒の「生き抜く力」の育成につながる教育活動である。
- (2)平成29年3月に山梨県は教員の多忙化解消取組方針を公表した。その取組の柱の一つとして「部活動指導の負担軽減」が示され、適切な休養日の設定や外部人材の活用促進についての指針が示された。
- (3)県教育委員会は、県の多忙化解消取組方針を受け、生徒にとって望ましい運動部活動の環境を構築するという視点に立ち、「やまなし運動部活動ガイドライン」を平成30年3月に公表した。ガイドラインでは、主に部活動の休養日について方針を示した。
- (4)市町村教育委員会は、スポーツ庁ガイドラインに則り、やまなし運動部活動ガイドラインを参考に「設置する学校に係わる運動部活動方針」を策定することとなった。

## 2 方向性

- (1)本組合教育委員会では、平成31年4月からの運用開始に向け、部活動の適切な運営や効率的・効果的な指導等を含めた総合的な方針を「河口湖南中学校組合立河口湖南中学校運動部活動方針」（以下、「湖南中学校運動部活動方針」とする。）として作成する。
- (2)湖南中学校運動部活動方針は、スポーツ障害の予防や健康の保持増進、生活のバランスの維持・改善を主眼に置き、子どもの心身の健全育成を主たる目的として作成する。
- (3)部活動の運営については、学校経営方針に基づき、教育活動全体との関連を図りながら適切に行われることとする。
- (4)部活動の指導については、目的・目標を明確にした効率的・効果的な練習を行うとともに生徒の人権や人格、自主性を尊重した指導、生徒の発達段階を考慮した指導を心がける。

## II 部活動の運営

### 1 運営方針

- (1)部活動は学校教育活動の一環として行うため、学校教育目標の達成につながるよう、次の点に留意しながら、年間を通じた計画的な運営・指導が求められる。

- ・ 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に留意すること
- ・ 学校や地域の実態に応じ、教員の負担軽減の観点も考慮しつつ、部活動指導員等のスポーツや文化及び科学等にわたる指導者や地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育施設や地域のスポーツクラブといった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うこと

(中学校学習指導要領解説—総則編— 第3章第5節1より引用)

- (2)学校の運動部活動に係わる活動方針については、平成31年度から学校経営案等に記載し公表する。
- (3)学業と部活動のバランスを大切に、部活動がその他の教育活動や家庭生活のバランスを崩さないように配慮する。

(4)生徒、保護者、地域に、活動方針や取り組む内容等を説明し、社会に開かれた部活動を目指し、併せて、周囲の意見に対しては、積極的に耳を傾け、指導に取り入れる努力をする。

## 2 学校組織

- (1)運営・指導の目標や方針を立てる際は、部活動顧問に任せきりになることなく、部活動主任や役職者（校長・教頭等）が主導して組織的に立案する。
- (2)管理職及び部活動主任が全ての部活動の練習実態を把握し、他校中学校長等とも連携して湖南中学校運動部活動方針の徹底に努める。

## 3 体験入部、仮入部

- (1)自主的、自発的な参加を促し、継続した活動ができるよう配慮するため、体験入部、仮入部の期間を設け、主体的に活動できるようにする。
- (2)授業と部活動、家庭生活等、それぞれの活動が無理なく進められるよう、入部当初、特に初心者への指導には細心の配慮が必要である。
- (3)体力や適性、練習への意欲など、3年間を見通して選択できるよう担任や顧問等が助言する。

## 4 練習計画

- (1)顧問は、生徒の発達段階や安全面を考慮し、年間・月間の活動計画を作成する。毎月、月別予定表を作成し、管理職の決裁を受ける。その後、保護者に配付する。
- (2)活動計画を作成する際には、指導の目標や練習内容を明らかにし、1年間を通してバランスのとれた活動ができるように配慮する。また、年度末には、年間の活動を振り返り、次年度への取組に反映させる。

## 5 部活動説明会

- (1)保護者等を対象に部活動説明会を実施する場合、部活動の目的・目標・運営体制や練習計画等を丁寧に説明し、保護者等の理解と協力を仰ぐ。
- (2)部活動説明会を実施しない場合、配付する練習計画表で十分に周知したり、大会応援や引率等で来られた保護者に直接伝えたりするなどの配慮をする。

## 6 休養日・練習時間

休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、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、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関する研究も踏まえ、以下の基準とする。

- (1)練習の効果を高めるには、トレーニング負荷と回復のバランスが大切で適切な休養を設定する必要がある。
- (2)休養のある規則正しい生活を送ることは、スポーツ障害やけがの防止及び効率的な体力向上につながる。
- (3)適切な休養日等の設定を行う。

学校は、生徒や教職員の生活に負担となり過ぎないように、休養日は、以下の通りに

設定し、遵守する。

- ① 1週間のうち平日1日及び土曜日か日曜日（以下、週末とする）のどちらか1日の週2日を休養日とする。週末の2日間とも大会等により活動した場合、翌週に代わりの休養日を設ける。  
なお、週末に大会が続く等、翌週に代わりの休養日が取れない場合は、原則、後4週間の中で休養日を設ける。
- ② 部活動の休養日は、長期休業中も含め、学校で一斉に同一の曜日を設定したり、部活動毎に曜日を設定したりするなど、学校の実態に応じて校長が判断する。
- ③ 長期休業中の休養日は、学期中の休養日に準ずる。また、5日以上連続した休養期間を設ける。
- ④ 学力調査等テストの前や地域行事期間等は、学校の実態に応じて、「テスト前の休養日」や「地域行事期間の休養日」等として、休養日を設ける。
- ⑤ 当初計画していた休養日に、やむを得ず活動する場合は、校長の了承を得た上で、生徒及び保護者への周知等を得て実施し、別の日に代わりの休養日を設ける。
- ⑥ 以下の日は、「部活動一斉休養日」とする。（◎完全学校閉庁日）
  - ア ◎学校閉庁日(旧盆期間中・学校創立記念日・県民の日) 6日間  
\*閉庁日が休日等と重なった場合は、振替等を行わない。
  - イ 教育研究会(河教他) 必要な日数
  - ウ ◎年末年始休業 (12月29日～1月3日) 6日間
  - エ 学校行事等(行事等・風水害地震等・インフルエンザ等) 学校で指定した日
  - オ 「きずなの日」(原則、月1回)

「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」

研究等が競技レベルや活動場所を限定しているものではないことを踏まえ、上で、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること、さらに、週当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」ことが示されている。

(平成29年12月18日公益財団法人日本体育協会)

- (3) 授業期間中や長期休業中の部活動の練習時間（準備、片付け等の時間含む）については、以下のとおりとする。
  - ① 授業期間中の活動時間は、平日で長くとも2時間程度、学校休業日で3時間程度とし、短時間で合理的かつ効率的・効果的な活動になるよう配慮する。
  - ② 長期休業中の活動時間は、練習時間は3～4時間程度までとなるよう配慮する。
- (4) 生徒の健康及び保護者の負担を軽減するため、原則として、朝練習は実施しないこととする。ただし、大会前など特別な場合は、校長の判断で実施できるものとする。実施する場合の朝の部活動を行う場合は、生徒や家庭の過重負担とならないように、以下の点に十分に配慮する。
  - ① 生徒の発達段階や健康状態（朝食の摂取や睡眠時間の確保）、家庭の事情等を考慮し、必要に応じて個別に対応する。
  - ② 朝の部活動が、その他の教育活動に支障をきたしたりや家庭生活のバランスを崩したりすることのないように配慮する。※ 朝練習を行う場合、家庭での有効な時間の使い方を身に付けたり、朝から心身

を目覚めさせ1時間目の授業から集中したりするといった、自律的な成長につながることを、望ましい。

- ③ 通学時間や天候等を考慮して安全に十分に配慮する。
- ④ 朝の部活動についても、週の平日1日は休養日を設定する。
- (5) 地域スポーツクラブやその他の運動クラブで常時活動している場合は、子どもの心身の健全育成、特に健康面などの配慮から学校の運動部には参加できないものとする。

## 7 指導者

- (1) 部活動の顧問は、学校の教育目標に基づき、部の指導方針や目標を明確にする。また、生徒の実態を把握し、技術指導や部の運営、生徒の生活指導等を行う。
- (2) 勝利至上主義的な考え方に陥らず、生涯スポーツ・生涯学習の視点に立ち、生徒が自ら進んで運動や文化的な活動に親しむ資質や能力の育成に努める。
- (3) 学校教育法施行規則第78条の2で新たに位置付けられた部活動指導員については、平成31年度導入に向け予算化できるよう努力する。
- (4) 顧問は、指導に際して保護者や地域との連携を図り、部活動指導員や外部指導者等との協働体制を構築し、生徒の活動がより充実するよう努める。
- (5) 組合採用教諭について、本人の希望により、土日等の勤務時間外の部活動指導員として「部活動指導員に関する規則」（教育委員会規則）に則り指導できるものとする。

	部活動指導員	外部指導者
位置づけ	・学校の職員 (部活動顧問と同じ立場)	・地域のボランティア (顧問のいるところで指導するコーチ)
内容	・部活動の運営及び指導 ・大会における生徒の引率 ・練習計画の作成 ・会計などの事務 他	・練習や大会での指導
法令根拠	学校教育法施行規則第78条の2	・特になし

### 部活動指導員

【業務内容】 部活動の指導及び運営（実技指導、会計処理、生徒引率等）

【資格】 指導するスポーツや文化活動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（校長からの推薦により、教育委員会が認めた者を想定）

## 8 安全確保 ～ 練習中のけが・事故防止のために ～

### (1) 安全管理、指導体制

- ① 顧問及び部活動指導員、外部指導者による指導監督体制を整備し、生徒が常に安全に活動できるよう、安全指導体制を徹底する。

### (2) 環境条件に応じた配慮

- ① 熱中症等の対策として、気温・湿度・輻射熱等に応じ十分な水分補充や休憩時間

を確保するとともに、生徒が活動中に気分が悪くなったときには、必ず申し出るよう徹底させ、体調の変化に留意しながら適切な指導に努める。

- ② 急激な天候の変化(雷、大雨等)の際には、活動を停止し安全な場所に避難させる等、迅速な対応をする。

### (3)救急対応の日頃からの備え

- ① 生徒の生命や身体の安全確保のため、日頃から負傷事故防止に努め、緊急対応が迅速にできるよう心がける。
- ② 緊急時の救急体制や連絡体制の確認を実施する。
- ③ A E D、担架、救急箱の設置場所等の確認を行うとともに、応急手当や救命講習等、安全対策関係の講習会を実施する。

### (4)活動内容

- ① 練習の目的・方法を生徒に十分理解させる。特にトレーニング機器を使用する場合は、科学的理論に基づき、正しい使用方法や効果を理解した上で利用させる。

### (5)段階的指導

- ① 生徒の発達段階や体力、技能等の個人差を考慮し、効果が期待できる合理的な練習計画を立案する。また、基礎体力を高めるとともに、事故や負傷に配慮し、練習量や技術レベル等は徐々に高めるように指導する。

### (6)大会における引率

- ① 生徒が部活動として校外で活動するときは、顧問（または同校の教員、または部活動指導員）の引率が必要である。引率にあたっては、技術面の指導のみではなく、生徒の行動や安全・事故防止についても指導する。
- ② 外部指導者のみによる引率はできない。

### (7)施設利用、道具の使用

- ① 定期点検日を設け、練習場所・使用器具の整備・点検に努め、生徒にも使用前の安全確認の習慣化を図る。
- ② 生徒が部活動として校外で活動するときは、会場となる施設の安全確認等も指導する。

## 9 健康管理

### (1)生徒の健康管理

- ① 日頃から自己の健康管理について関心や意識をもたせ、適度な休養と栄養の補給に留意させる。体調不良の生徒には、その旨を申し出るよう指導し、適切な処置等を行う。新入部員に対しては特に配慮する。

### (2)家庭との連携（持病・家庭環境調査票など）

- ① 日頃から、家庭環境調査票、定期健康診断、保健調査票等により、ぜんそく、心疾患、てんかん等の持病や既往症など生徒の健康状態を把握し、運動制限や日常生活上の注意、発作時の対応等について保護者と連携する。

### (3)個に対応じた練習の設定

- ① 中学生の時期は、発育・発達段階に著しい差がみられるので、画一的な練習内容ではなく、個人差を踏まえた練習計画を作成する必要がある。
- ② 発育・発達期の心身の特徴を十分理解し、個人差にも配慮した無理のない練習内容となるよう、工夫することが大切である。特に、女子特有の健康問題として月

経関連疾患があるので正しい理解と配慮が必要である。

- ③ 練習にあたっては、既往症や発達障がいなど、生徒一人一人の状態を把握し、個への配慮を心がける。

## 10 事故発生時の対応

事故が発生した場合は、学校の危機管理マニュアル等に沿って対応するとともに、次のことにも配慮することが必要である。

- (1) 生徒の安全を最優先させるとともに、事故の事実関係を正しく把握する。必要な場合は、躊躇なく救急車を要請する。
- (2) 負傷者の状態を把握しておくとともに、校内の連絡・協力体制を整える。
- (3) 保護者への連絡にあたっては、子どもが負傷した親の気持ちに立ち、態度や伝え方等に留意し、迅速・適切・誠実な対応を心がける。
- (4) 事故が発生した状況や対応については、5 W 1 Hを明らかにした記録を時系列で残す。
- (5) 事故が起こったときの状況などについては、できるだけ早く管理職に報告し、対応と再発防止に努める。

## 11 評価と改善

- (1) 湖南中学校運動部活動方針について、部活動説明会や学校だよりなどを通して保護者等に周知するとともに、管理職は部活動の実態を把握し、この方針から逸脱する活動については、早急に改善を図る。
- (2) 中学校の学校自己評価及び保護者アンケートの項目に「部活動」に関する内容を追加し、評価を基にした業務改善に努める。
- (3) 学校教育目標に基づくP D C Aサイクルを確立し、実施した評価を部活動運営の改善につなげる。
- (4) 組合教育委員会は学校の運営実態を把握し、必要に応じて指導・支援を行う。
- (5) 参加する大会や練習試合等の見直しを行う。
  - ① 学校の運動部が参加する大会・試合の全体像を把握し、週末等に開催されている様々な大会・試合に参加することが、生徒や運動部顧問の過度な負担とならないよう、大会等の統廃合等を主催者に要請する。
  - ② 校長及び運動部顧問は、教育内大会以外の大会や練習試合等について、次により見直しを行う。
    - ア 校長は、生徒の教育的意義、生徒や運動部顧問、保護者の負担等が過度とならないことを考慮して、参加する大会等を精査する。
    - イ 運動部顧問は、シーズン期とシーズン期以外の活動が、メリハリのついた活動となるよう、参加する大会等を精選し、年間活動計画に参加する大会等を位置付ける。

## Ⅲ 部活動の指導

### 1 目標設定

- (1) 生徒の意欲向上のために、目的に照らし合わせた目標を設定したり、個人や集団としての取組を明確にしたりすることで、部活動を活性化することが大切である。
- (2) 目標設定の場では、年間目標、月目標、週目標と細分化して設定することにより、P

DCAサイクルの効果を高め、練習の効率化や成果につなげていく。

(3)生徒の自主性を尊重した活動となるよう、勝利至上主義的・結果優先的な考え方ではなく、生徒の状況に応じた目的・目標を設定する。顧問の指導のもと、生徒とともに部活動の目標を設定することも効果的である。

(4)部活動の目的と目標の違いを明確にして指導する。

① 部活動は、各学校の教育目標のもと、生徒の心身の健全な成長や社会性を高めることを目的に実施されるべきである。

② 目的を達成するために、具体的に目指すべき行動やその道筋、過程が目標となる。

③ 大会や試合での勝利やコンクールでの入賞などは生徒の意欲向上につながる目標となり得るが、勝利至上主義、結果優先的な考え方から、それらが部活動の目的になってはならない。

④ 生徒第一主義(プレーヤーズファースト)の考えをもち、生徒の生活のバランスや将来的な成長につながり、生徒の自己肯定感を高め、自信につながるような目的・目標を学校、部活動で設定することが大切である。

## 2 効果的・効率的な指導

(1)限られた時間での効率的な練習

① 科学的根拠に基づいた合理的な指導により生徒の可能性を引き出すとともに、健康、安全、スポーツ障害などに留意した活動を行う。

② 効率的な練習方法や集中力の持続を考慮した練習時間の工夫に努め、生徒一人一人の長所を伸ばす前向きな指導を心がける。

③ 複数顧問制や外部指導者等を生かして、多角的・多面的に子どもを捉えるとともに、役割分担しながら短時間でも効率のよい練習を工夫し実施する。

(2)試合に対する心構え

① 限られた時間の中で最大限の効果を得るために、普段から常に試合や大会で力が発揮できるように、集中力と緊張感を大切に練習を行うことが大切である。

② 試合等で力を発揮できるように、自分たちの課題や「なぜこの練習を行うのか」という練習の目的を、指導者と生徒が共有することが大切である。

(3)レギュラーでない選手の充実感

① 勝つことだけを目指した取組にならないよう、試合や大会に出場することができなかった生徒も、所属感や達成感を味わうことができるよう留意する。

② 達成感は公式戦の勝利のみで得られるものではなく、日々の練習や交流戦などあらゆる場面でそれを実感できる指導を目指し、その後のスポーツ、文化的な活動への関わり方をはじめ、生徒の豊かな人間性の育成につなげる。

## 3 指導力の向上

(1)指導については、最新の研究成果等を踏まえた科学的な方法を積極的に取り入れ、生徒や保護者に自信をもって説明できるようにする。

(2)顧問間で意見交換を行い、指導内容や新しい指導方法など、情報共有することも大切である。

(3)自主的な指導者講習や講演会や研修会に積極的に参加することや優れた指導者と交流することを通して、継続的に自己研鑽に努めることが大切である。

#### 4 不適切な指導の防止

(1)部活動の指導における体罰の行使は、生徒の人間としての尊厳を否定するものであり、社会的規範に反し、スポーツ、文化・芸術の価値を著しく損なうものである。改めて、すべての指導者が、体罰は認められないもので、根絶すべきものであると再確認することが必要である。

- ① 指導と称して殴る・蹴ること等はもちろん、懲戒の手段として体罰を行うことは禁止されており、暴行罪や傷害罪などの犯罪行為であることを指導者一人一人が認識する。
- ② 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ことを認識する。
- ③ 体罰は、直接受けた生徒のみならず、その場に居合わせて目撃した生徒に、肉体的、精神的に悪い影響を及ぼすことになることを認識する。
- ④ 校長、顧問、その他の学校関係者は、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誤りであり、許されないものであるとの認識をもち、それらを行わないための取組を行う。
- ⑤ 体罰が起こりうる要因には、指導者が勝利至上主義に陥り、厳しい指導と称して行ってしまうことも大きな要因である。よって、日頃から顧問同士で指導内容や指導法について声を掛け合い、不当な指導を抑止し合うことも大切である。
- ⑥ 保護者等も同様の認識をもつことが重要であり、学校や顧問から積極的に説明して理解を図ることが大切である。

(2)生徒に心配な様子が見られた場合や不適切な言動が認められた場合、指導者は生徒に寄り添いながらじっくりと話を聞き、本心や状況の把握に努める。加えて、どうしたら勇気づけられるか、どうしたら自ら行動を改めることができるかといった意識で誠実に指導する。

#### IV その他

- 1 国や県などの動きを注視し、必要に応じて湖南中学校運動部活動方針の見直しを図る。
- 2 この湖南中学校運動部活動方針は平成31年4月1日から適用する。  
ただし、平成30年度中に運用が可能な項目については、試行も含めて暫定的に適用していくものとする。

制定 平成30年8月27日

改正 平成30年10月31日 一部削除