

# 習志野市運動部活動ガイドライン

2018年12月  
習志野市教育委員会

# 目次

1	はじめに	1
2	学校教育における運動部活動の位置付けと意義	1
	(1) 学校教育における位置付け	
	(2) 運動部活動の意義	
3	適切な運営のための体制整備	2
	(1) 運動部活動の方針の策定等	
	(2) 指導・運営に係る体制の構築	
4	合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組	3
	(1) 適切な指導の実施	
	(2) 運動部顧問(指導者)の役割	
	(3) 体罰の根絶等	
5	適切な休養日等の設定	4
	(1) 適切な活動時間等	
	(2) 地域や学校の実態を踏まえた工夫	
6	児童生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備	5
	(1) 児童生徒のニーズを踏まえた運動部の設置	
	(2) 地域との連携等	
	(3) 外部指導者との連携	
	(4) 保護者との連携	
7	けがや事故の防止	6
8	おわりに	7

## 1 はじめに

平成30年3月、スポーツ庁が「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、千葉県は平成30年6月に「安全で充実した運動部活動のためのガイドライン」を改訂し、それらを受けて習志野市教育委員会としては、国や県の方針に則り、このガイドラインを策定した。

各学校においては、従前行われてきた指導方針や練習方法を安易に継承するのではなく、運動部活動に対する意識を改革し、練習時間の在り方や休憩時間の取り方等、多方面から検証することが必要であり、特に、科学的なトレーニングの積極的な導入等により、短時間で効果の得られる合理的でかつ効率的・効果的な指導の実施が求められている。このことを踏まえ、運動部活動を持続可能なものにし、習志野市の子どもたちが、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育むことができるよう期待する。

## 2 学校教育における運動部活動の位置付けと意義

### (1) 運動部活動の位置付け

運動部活動は、学校教育の一環として、スポーツに興味と関心をもつ同好の児童生徒が、教員等の指導の下、自発的・自主的に参加する活動であり、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、学校生活に豊かさをもたらす役割を果たしている。

### (2) 運動部活動の意義

- スポーツの楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。
- 体力の向上や健康の増進につながる。
- 保健体育科の教育課程内の指導で身に付けたものを発展、充実させたり、活用させたりするとともに、運動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、連帯感などを育成する。
- 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。

このように、運動部活動は、各学校の教育課程での取り組みとあいまって、学校教育が目指す「生きる力」の育成を実現させる役割を果たしていると考えられる。よって、学校全体として、運動部活動の指導・運営に係る体制を構築する必要がある。

### 3 適切な運営のための体制整備

安全で充実した運動部活動運営のために、以下のような方針をもとに体制の整備を行う。また、運営に当たっては、学校、児童生徒、保護者が連携し、合意形成のもと成立するものである。

#### (1) 運動部活動の方針の策定等

- ア 習志野市教育委員会は、スポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」及び、千葉県の「安全で充実した運動部活動のためのガイドライン」を参考に、「習志野市運動部活動ガイドライン」を策定する。
- イ 校長は、「習志野市運動部活動ガイドライン」に則り、「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定する。また、運動部顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）を作成し、校長に提出する。
- ウ 校長は、イの活動方針及び各運動部の活動計画等を公表する。また、「学校の運動部活動に係る活動方針」については、毎年度見直しをする。
- エ 習志野市教育委員会は、上記ウに関し、各学校において運動部活動の活動方針・計画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。
- オ 全職員が運動部活動の意義を理解するとともに、情報を共有し、学級担任と顧問、顧問同士が相互に理解・支援し合うなど、組織的に取り組む。
- カ 校長は、学校の教育目標、学校規模、特色等を活かすとともに、児童生徒のニーズや保護者の意向を参考にして指導方針を設定する。
- キ 保護者や地域の方に積極的に情報を発信し、理解を得て、互いに連携しながら活動できるよう工夫する。

#### (2) 指導・運営に係る体制の構築

- ア 校長は、児童生徒や教職員の数、部活動指導員<sup>1</sup>の配置状況を踏まえ、内容の充実、児童生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消の観点から、円滑に運動部活動を実施できるよう、適正な数の部活動を設置する。
- イ 校長は、運動部顧問の決定に当たり、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。
- ウ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各運動部の活動内容を把握し、児童生徒が安全にスポーツ活動を行い、教師の負担が過度とならないよう必要に応じて指導・是正を行う。

---

1 部活動指導員は、学校教育法施行規則第78条の2に基づき、「中学校におけるスポーツ、文化、科学等に関する教育活動（学校の教育課程として行われるものを除く。）に係る技術的な指導に従事する」学校の職員。学校の教育計画に基づき、校長の監督を受け、部活動の実技指導、大会・練習試合等の引率を行う。校長は、部活動指導員に部活の顧問を命じることができる。

エ 習志野市教育委員会は、運動部顧問を対象とするスポーツ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運動部活動の適切な運営に係る実効性を図るための研修等を行う。

オ 習志野市教育委員会及び校長は、教師の運動部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文科科学大臣決定）及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定及び学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組に徹底について（平成30年2月9日付け29文科初第1437号）」を踏まえ、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

## 4 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

### (1) 適切な指導の実施

ア 校長及び運動部顧問は、「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）や「安全で充実した運動部活動のためのガイドライン」（平成30年6月千葉県教育庁教育振興部）、本ガイドラインに則り、児童生徒の健康管理や事故防止に万全を尽くすとともに、体罰やハラスメントの根絶を徹底する。

イ 運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために休養を適切にとることが必要であることや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。

また、児童生徒が生涯にわたってスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、児童生徒とコミュニケーションを十分に図り、児童生徒がバーンアウトすることなく、活動を続けていけるよう留意する。さらに、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、短時間で効果が得られる合理的でかつ効率的な指導を行うことができるよう努める。併せて、専門的知見を有する保健体育担当教員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。

### (2) 運動部顧問（指導者）の役割

ア 児童生徒に関わること

- ・実技・技術指導
- ・児童生徒理解
- ・生活指導
- ・健康管理、事故防止
- ・学習支援

イ 外部との調整に関わること

- ・大会、練習試合等の引率
- ・保護者との連携
- ・月活動計画作成
- ・外部指導者との連携

ウ その他

- ・施設、用具の管理と安全点検
- ・部予算や集金の適正管理

### (3) 体罰の根絶等

体罰は学校教育法で禁止されていることはもとより、人権尊重の精神に反し、絶対に許されないことである。運動部顧問は、勝利至上主義に偏るあまり、児童生徒の人格を傷つける言動や体罰を厳しい指導者として正当化することは決してあってはならず、校長は、全職員で共通理解のもと、体罰の根絶を徹底する。

また、パワーハラスメントやセクシャルハラスメントによって児童生徒に人格や尊厳を不当に傷つけることがないように併せて配慮する。

## 5 適切な休養日等の設定

### (1) 適切な活動時間等

運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある児童生徒が、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、以下を基準とする。

#### ○活動時間

平日の練習時間は2時間程度、週末及び学校の休業日については3時間程度<sup>1</sup>（準備や片付け、移動時間等は含まない）とし、できるだけ短時間に合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。また、児童生徒が安全に帰宅できるよう、日没時間を考慮して練習時間を決定する。なお、これを超えて活動する場合であっても、その前後の活動時間を短縮すること等により、過度にならないよう留意する。

#### ○休養日

学期中は、平日に1日以上、週末に1日以上、少なくとも週当たり2日以上、休養日を設けることを基準とする。週末に大会等に参加した場合は、他の日に休養日を振り替える。

長期休業中は、学期中の休養日の設定に準じた扱いとするが、児童生徒が十分な休養を取ることができるよう、まとまった休養期間を設ける。

#### ○その他

繁忙期については、学校、児童生徒、保護者が連携し、合意形成を図る。ただし、本ガイドラインの趣旨を踏まえて、児童生徒や運動部顧問の過度の負担にならないように十分に配慮し、校長の許可のもと、計画的に実施することを条件とする。

1 活動時間については、「スポーツ医・科学の観点から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月公益財団法人日本体育協会）において、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た上で、「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。

(2) 地域や学校の実態を踏まえた工夫

休養日及び活動時間等の設定については、効率的・効果的な部活動の推進に向け、地域や学校の実態を踏まえ、定期試験前後の一定期間等、運動部共通、学校全体の部活動休養日を設けることや、週間、月間、年間単位での活動頻度・時間の目安を定める等の工夫が考えられる。

## 6 児童生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備

(1) 児童生徒のニーズを踏まえた運動部の設置

ア 児童生徒の運動・スポーツに関するニーズは、競技力の向上以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等多様である中で、現在の運動部活動が、女子や障害のある児童生徒等も含めて児童生徒の潜在的なスポーツニーズに必ずしも応えられていない。校長はこのことを踏まえ、児童生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる運動部を設置する。

具体的な例としては、より多くの児童生徒の運動機会の創出が図られるよう、季節ごとに異なるスポーツを行う活動、競技志向でなくレクリエーション志向で行う活動、体力づくりを目的とした活動等、児童生徒が楽しく体を動かす習慣の形成に向けた動機付けとなるものが考えられる。

イ 習志野市は、少子化に伴い、単一の学校では特定の競技の運動部を設けることができない場合には、児童生徒のスポーツ活動の機会が損なわれないよう、複数校の児童生徒が拠点校の運動部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。

(2) 地域との連携等

ア 習志野市教育委員会及び校長は、児童生徒のスポーツ環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ団体との連携、保護者の理解と協力、民間事業者の活用等による、学校と地域が共に子供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スポーツ環境整備を進める。

イ 習志野市教育委員会は、学校管理下ではない社会教育に位置付けられる活動については、各種保険への加入や、学校の負担が増加しないこと等に留意しつつ、児童生徒がスポーツに親しめる場所が確保できるよう、学校体育施設開放事業を推進する。

ウ 習志野市教育委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に子供の健全な成長のための教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーという考え方の下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

### (3) 外部指導者との連携

学校においては、トップアスリートを目指す児童生徒から、スポーツ活動を楽しみたいという児童生徒まで、部活動に対して求める内容は多岐に渡っている。習志野市では、このような願いに応え、児童生徒たちにとって有意義な運動部活動にするため、外部指導者派遣事業を推進する。

#### 《外部指導者活用上の留意事項》

- ア 外部指導者は、学校の方針に従って指導面の一翼を担えるよう、部活動の指導に当たる。外部指導者を活用する際には、必ず年度当初に、学校や部活動の運営方針を確認しあう機会を設ける。
- イ 外部指導者は、練習計画の相談や連絡、児童生徒に関する情報など、顧問との協働体制を密にしておくことが大切である。
- ウ 外部指導者が大会や校外への練習等に単独で引率することはできない。なお、大会のベンチ入りや審判等については、その競技における運営団体の指示に従う。
- エ 児童生徒の理解に基づく指導や安全の確保、事故防止などは、外部指導者も学校教職員と同様の対応が必要である。

### (4) 保護者との連携

部活動を充実させるためには、保護者からの理解や協力を得ることが不可欠となる。部活動に対する保護者の考え方も様々であり、保護者に部活動を正しく理解してもらうため、必要に応じて部活動保護者会や練習見学会等を行う。

#### 《連携を深める方策例》

- ア 部活動の運営方針・年間計画、競技の特性等について、年度当初に保護者会（全体・各部）を開くなどして全保護者に説明する。
- イ 大会、練習試合、合宿等は、校長が把握し、事前に保護者の承諾を得る。
- ウ 必要経費等の集金についても同様に、文書で知らせるとともに、保護者の負担軽減を図る。
- エ 毎月の活動予定や練習計画の文書等を配布する。
- オ 傷病時には必ず保護者に連絡し、適切な対応を行う。

## 7 けがや事故の防止

運動部活動は、体を動かす活動が中心のため、けがや事故が起きる可能性が高いと言える。また、児童生徒の能力や目標に応じて、より高い水準の技能や記録を目指すことから、思わぬ事故が起きる場合もある。けがや事故を防ぐためには、顧問が指導技術を高めることはもちろんだが、各児童生徒の発達段階や体力、技術の習得状況等を把握し、児童生徒にとって無理のない練習となるよう留意するとともに、その日の環境条件や児童生徒の体調等の確認が必要となってくる。また、大会での入賞や試合での勝利が目標の一つになることが多いため、心身に負担のかかる練習も行われることがある。その際、体調等が優れ



ない場合は、顧問に申告できる雰囲気づくりが必要である。特に近年の温暖化による熱中症<sup>1</sup>への対応は、十分な知識と正確な対応が必要である。

## 8 おわりに

本ガイドラインは、児童生徒の視点に立った、学校の運動部活動改革に向けた具体の取組について示すものであるが、少子化がさらに進むことを踏まえると、ジュニア期におけるスポーツ環境の整備については、長期的には、従来の学校単位での活動から一定規模の地域単位での活動も視野に入れた体制の構築が求められる。

今後、国や県からの通知及び伝達等により、必要に応じて見直していくこととする。

### 【引用・参考文献等】

- ・スポーツ庁（2018.3）「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」
- ・千葉県教育委員会（2018.6）「安全で充実した運動部活動のためのガイドライン」

---

1 熱中症は、気温・湿度などの環境条件に配慮した運動実践や、こまめに水分を補給し休憩をとること、児童生徒等への健康観察など健康管理を徹底することによって防止できる。また、万が一発症した場合でも、迅速かつ適切な措置をとることによって回復できる疾病である。

「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」（独立行政法人日本スポーツ振興センター）等を参考に予防に努める。