

伊勢市部活動ガイドライン

令和元年7月改訂

伊勢市教育委員会

はじめに

これからの新しい時代の担い手となる子どもたちが、日々変化する社会情勢の中で、夢を描き、その実現に向けて自らの手で自らの人生を切り拓く力や、多様な価値観を受け入れ、他者とともに社会を生き抜く力を身に付けた「心豊かでたくましい子ども」に育っていくことは、私たち教育に携わるものの願いです。

そのために、すべての子どもたちの個性を尊重しながら、学習やスポーツ、文化的な活動などに、安心して意欲を持って打ち込むことができるような教育環境を整えていくことが大切です。

中学校部活動では、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、仲間や指導者等とつながる社会性を育むことができます。さらに、部活動での学びや経験したことが、社会人になって役に立ったり、生きていく上での支えになったりします。加えて、部活動で取り組んだスポーツ、文化、科学活動が、その後の自分の生活を豊かにします。

このように、部活動は、生徒の多様な学びの場として、教育的意義が大きい活動です。

そこで、本市の部活動のあるべき姿を明確にし、生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することで一層有意義な活動とするための指針として、部活動の意義・目的や活動日、安全に関すること等を規定した「伊勢市立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。各中学校では、このガイドラインに基づき、部活動を実施することになります。

本ガイドラインが、生徒の心身共に健全な成長を促すことを中心に据えた活動として、教職員はもとより、家庭、地域及び部活動に関連する各種団体で広く共有され、部活動が適切に運営されることを目指します。

平成30年9月

伊勢市教育委員会

—目次—

I 学校教育活動としての部活動の役割

- 1 部活動の意義・目的について・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2 部活動の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 3 部活動の現状と課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

II 適切な部活動の運営をめざした指導の在り方

- 1 適切な活動計画の作成と共通理解・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 2 適切な部活動の実施に向けて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 3 部活動への支援・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

- 【参考文献】・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11

I 学校教育活動としての部活動の役割

1 部活動の意義・目的について

部活動は、学校経営方針に基づき計画・実施される教育活動であり、教育課程との関連が図られ適切に実施されるものである。

心身の成長が著しい生徒にとって、部活動は、自らの適性や興味・関心等をより深く追求していく好機であり、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付けるなど、自己の成長を促していくことが最大限に尊重されなければならない。

部活動は、学級や学年の枠を越えて行われる集団活動であり、生徒が互いに協力し、切磋琢磨するとともに、自己の役割や責任を果たすことにより、集団づくりに寄与していく。また、集団での達成感を味わうことなどを通して、他者を思いやる心や好ましい人間関係、連帯感などの社会性を育むことになる。

なお、生徒が生涯にわたってスポーツや文化に親しむためには、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、適切な指導や支援策を講じることが必要である。その結果、生徒自身が充実感や達成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。

2 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、以下のように位置付けられている。

○中学校学習指導要領（平成 29 年 3 月公示）【抜粋】

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。

第 2 章 各教科 第 7 節 保健体育 第 3 指導計画の作成と内容の取扱い

2 第 2 の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする

(6) 第 1 章総則の第 1 の 2 の(3) に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。

部活動は教育課程外の活動ではあるものの、その教育的効果から、教育課程との関連を図り取り組むことが求められている。

3 部活動の現状と課題

(1) 生徒の「健全な成長」の視点から

部活動は、目標に向けて努力することや向上心をもって運動や文化活動に取り組むことを通し、集団での役割や責任を果たすことで自己有用感を得ることができる場である。また、生徒は部活動を通し、技術の向上のみならず、同じ目的を持った生徒たちとのかかわりや顧問とのかかわりの中で、他者を思いやる心や好ましい人間関係を育み、責任感や連帯感など社会的自立の基礎を身に付けていく。生徒たちにとって社会生活の第一歩であり、心理的側面の健全な成長に大きく関係していると言える。

県教育委員会による平成 29 年度学校体育・部活動実態調査によると、伊勢市立中学校における部活動への加入率は、運動部で約 82.5%、文化部で約

14.6%のあわせて約 97.1%となっており、多くの生徒が部活動に参加していることがわかる。

平成 29 年度の国の全国体力・運動能力、運動習慣等調査（以下「全国体力調査」という）によると、運動部に加入している伊勢市立中学校生徒の一週間の活動時間は、平日で約 2 時間（1 日あたり平均）、週休日で約 3 時間 15 分（1 日あたり平均）であり、これは全国平均よりもやや長くなっている。

このことを身体的側面の健全な成長に照らして考えると、成長著しい時期や体の発育発達が不安定な時期に、休養日を設けない・長時間の練習等の過度な活動や効果的でない運動は、生徒に大きな負担を与え、スポーツ障害の原因になりうると言える。

前出の全国体力調査では、伊勢市立中学校生徒（2 年生）の睡眠時間は「6 時間以上 8 時間未満」の割合が男女とも 60%を超えて最も多く、睡眠時間が「8 時間以上」の割合（平均）は、男子で約 29%、女子で約 25%となっており、十分に睡眠時間をとっていない生徒が多いことがわかる。

心身の成長が著しいこの時期の生徒にとって、食事や休養（睡眠）等の基本的な生活習慣を身に付けることは、充実した学校生活や家庭生活を送る基礎となる。それには、家庭との連携が不可欠である。

生徒をとりまくこのような状況を考えると、学校生活、部活動、家庭生活のそれぞれが相乗して働き、生徒の成長を促す良い効果を生み出すために、バランス良く、ゆとりをもって活動に向かえる部活動の在り方を考えていく必要がある。

そのために、休養日や活動時間の設定に配慮し、生徒の発育発達を考えた活動内容と個に応じた指導を行うことが大切である。また、部活動の運営（活動計画や活動内容等）や方針について、家庭と共通理解を図るとともに、基本的な生活習慣の確立も含め、心身共に健全な成長を中心に据えた活動としていくことが求められる。

（2） 教員の「働き方の見直し」の視点から

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も受けながら、指導にあたっている。

また、授業者や担任としてのみならず、部活動顧問として子どもとかわることで、子どもを多面的に理解することにつながっている。

平成 28 年 6 月、国の次世代の学校指導体制にふさわしい教職員の在り方と業務改善のためのタスクフォースがとりまとめた「学校現場における業務の

適正化に向けて」の中で、以下のような課題も指摘されている。

- 教員が放課後の部活動指導に時間を過度に費やすと、授業準備、生徒との個別懇談、関係機関等との連携にあたるうえで支障となると懸念される。
- 主に週休日に開催される大会等への引率は教員が行っている。また、審判等の大会運営業務も教員の負担につながっている。

部活動が教員の充実感を高める一方、「授業準備の時間が十分に確保できない」「心の余裕が持てない」等、部活動指導に係る負担感が増しているなかで活動が成り立っている状況があるとしたら、改善に向けて検討していく必要がある。

部活動の顧問については、校長がリーダーシップを発揮し、教員の専門性や校務分掌の状況に加え、負担の度合い、地域人材活用の可能性等も踏まえて適正に配置するとともに、部活動の運営について、実態の把握・見直し等を図っていくことが求められている。

II 適切な部活動の運営をめざした指導の在り方

1 適切な活動計画の作成と共通理解

学校は、学校教育目標や部活動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、生徒の志向や能力、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・日々の活動計画を立てることで、生徒に活動の見通しを持たせながら、活動を展開させていく必要がある。

2 適切な部活動の実施に向けて

(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。

部活動の指導者としては、生徒の健康管理やカウンセリングを行うなど、その時々々の生徒の状況等に応じた支援を行うなどの「生活指導」の面と、短時間

で効果的な指導により専門的な知識・技術や能力の伸長を図るなどの「技術指導」の面の2つの役割が考えられる。

生徒の活動を見守ったり、一緒に活動したりしながら生徒の気持ちに寄り添う指導者の存在はとても大切なものである。

技術的な指導においては、生徒の状況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。

適切かつ効果的な指導により、生徒の取組（競技等）への興味・関心を高めることは、生涯を通じてスポーツや文化・芸術活動を継続する力になる。

生徒の安全確保についても十分配慮する必要がある。特に熱中症については「熱中症を発症しない・させない」取組を徹底するため、綿密な指導計画のもと、安全に部活動ができるよう、指導することが大切である。そのため、部活動を涼しい時間帯や場所、内容を軽度なものにするなど、環境条件に配慮して適切に実施することとする。

（2）部活動計画の作成

顧問は、部活動の年間活動計画及び月間活動計画を作成し、生徒や保護者に提示する。活動計画をあらかじめ周知することで、家庭内における予定が計画しやすくなるなど、子どもと家族の時間を大切にすることができる。これらの積み重ねが保護者の部活動への理解につながり、ひいては部活動への大きな支援へとつながるものである。

① 年間活動計画の作成

- ・年間を見通してどの時期にどのような活動を行うかを明確にし、校長に提出して承認を受けるとともに、生徒・保護者に提示する。校長への提出及び生徒・保護者への提示は4月中に行うこと。

② 月間活動計画の作成

- ・年度当初に提示した年間活動計画をもとに月間活動計画を作成し、校長に提出して承認を受けるとともに、生徒・保護者に提示する。校長への提出及び生徒・保護者への提示は前月中に行うこと。

（3）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といわれる。このように発育・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。

また、熱中症対策として、気象庁が発表する情報や環境省熱中症予防情報サイト上の暑さ指数等の情報に十分留意し、気温・湿度などの環境条件に配慮した活動を実施すること。その際、活動の中止や延期、見直し等柔軟に対応を検討することとする。

☆ 1週間のうち、2日は休養日を設定する。(うち、1日は土曜日又は日曜日とする。)

※ 各校での設定については、「全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」ことが考えられる。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を設定できない場合は、事前に活動計画等により校長の承認を得るとともに、大会等の前後の週に休養日を設定する。

※ 生徒の状況(疲労の様子等)によっては、休養日を複数日設定する。

《週休日に休養日を設定できない場合の対応例》

○ 各学校体育・文化連盟等が開催する大会等について、会場借用や役員派遣の関係から、週休日に大会等を開催せざるを得ない実態がある。年間又は月間の活動計画により、活動(参加大会等)の見通しを持ち、必ず休養日を設定する。

○ 週休日に開催される大会等において、勝ち残るなどの理由から、引き続き、翌週の週休日にも活動しなければならない場合は、適宜、その間の平日に休養日を設定したり、その大会等の終了後、まとめて(連続した)休養日を設定したりする。

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、過度な負担につながらないよう、また、競技の特性やシーズンの有無も考慮しながら適切に設定することが大切である。

活動時間を適切に設定することにより、生徒の家庭学習や睡眠時間の確保等につなげられる。

活動は、その質(取組方法等)に重点を置き、各部で策定した活動計画(大会・コンクール期、取組充実期、休息期)等を踏まえ、適切な活動時間を計画することとする。

「長時間の活動」が好成績につながるとは限らないため、指導者は、活動の質を高め、短時間で効果的な活動により成果が出せるよう、日々の活動を見直

すことが大切である。

熱中症予防運動指針（公益財団法人日本スポーツ協会スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック掲載及び三重県部活動ガイドライン掲載参考資料）で「暑さ指数（WBGT）31℃《注1》乾球温度35℃以上《注2》では、運動は原則禁止」としていることを踏まえ、WBGT計が31℃以上になった場合、一旦部活動を中止すること。その後、生徒をクールダウンさせたいえ、健康に配慮し下校するよう指導することが大切である。

《注1》 暑さ指数（WBGT：Wet Bulb Globe Temperature）とは、熱中症を予防することを目的としてアメリカで提案された指標。人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した指標で、①湿度②日射・副射③気温の3つを取り入れたもの。WBGT計によって計測する。

《注2》 WBGTが測定できない場合の計算式による推定数値は、乾球温度35℃以上で暑さ指数31℃相当となる。

☆ 平日の活動時間は、2時間程度とする。

☆ 週休日および休日（長期休業期間を含む）に活動する場合は、3時間以内とする。

※ 土・日曜日や休日、また始業前に活動する場合は、生徒、保護者の理解を得たいえで、安全面に配慮することはもとより、生徒の心身の健康状態や学習活動に対する影響を考え、計画することが大切である。

※ 放課後の活動時間については、日没時間を考慮して下校時刻を設定するなど、季節等によって活動できる時間を変更するような安全面での配慮が必要である。

※ 活動時間とは、スポーツ・芸術文化等の活動に充てる時間をいう。

※ 活動場所への移動、準備や後片付けを含め、効率的・効果的に行い、できるだけ短時間に終える。

（大会等（練習試合等も含む）では、上記の活動時間の設定と異なる計画となることもあるが、大会等の前後に休養日を設定するなど、健康・安全に配慮し、過度な負担にならないよう留意する。）

《活動時間を延長する必要がある場合》

○ 大会前等、やむを得ない事情から活動時間を延長する場合は、事前に活動計画等により、校長の承認を得る。

（4）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

クールのほか、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（休日）に開催されることが多いため、生徒も指導者も、週休日に休みが取りにくくなっている。

大会等への参加は、日常活動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。

（５）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付けることで、より自信を持って指導に当たることができるようになる。

指導書等から学ぶことも一つの方法だが、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、積極的に研修会に参加することが大切である。

県や競技団体が開催する指導者向けの研修会では、指導に関する不安や悩みだけでなく、生徒の実態に応じた練習方法等を直接講師に尋ねることができるため、その後の指導のイメージにつなげやすくなると思われる。

（６）安全管理と事故発生時の対応

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、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。

日ごろから、生徒と指導者が事故防止に対する意識を高めるとともに、事故を未然に防ぐための行動がとれるようにすることが大切である。そして、万一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。

（７）校外活動における生徒引率

顧問は、大会や練習試合、コンクールなど、校外で活動を行う場合の生徒引率を行う。

「活動等における児童生徒の輸送に係わる交通安全対策について（三重県教育委員会 平成7年3月23日 教教第183号、平成29年3月2日 教委第20-333号にて一部改正）」の通知に基づき、生徒の移動中における事故の未然防止を図る。

【通知より一部抜粋】

このことについては、これまで公共交通機関利用の徹底をお願いしてきたところですが、今後は下記のこと十分に留意され、事故の未然防止に万全の措置をとられるようお願いいたします。

記

- 1 児童生徒の輸送は、公共交通機関の利用が原則であること。
- 2 やむを得ない事情で自家用車等を利用する場合には、次頁以降に留意し、事故防止に万全を期すること。

※ やむを得ない事情と考えられる例

- ・ 通常利用できる交通機関の運行密度が極めて低いとき
- ・ 必要な物品が携帯不可能な程度に多いとき など

※ 自家用車などの使用を承認することができない例

- ・ 職員の運転経験が、3年に満たないとき
- ・ 自家用車での輸送について、保護者の依頼を受けていない場合 など

宿泊を要する運動競技、キャンプその他の教育活動については、子どもの健康・安全に十分配慮した無理のない計画を立て、事前に校長の承認を得るとともに、保護者に対して説明会等を開くなどして、理解を得ること。また、実施にあたっては、伊勢市立の小学校及び中学校の管理運営に関する規則第10条第2項の規定により、「実施承認願」を実施5日前までに教育委員会学校教育課指導係へ提出すること。

(8) 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生じている。

県中学校体育連盟では、同連盟主催大会における複数校合同チームの参加規程を設けており、これに基づき、部員不足による合同チームの編成等が認められている。この措置は、少子化に伴う少人数の運動部に、大会参加の機会を与えるためのものである。県中学校体育連盟規程とその趣旨（注）に基づき、

少人数の運動部が単独でチームを編成できないときの措置とする。伊勢市でも、個人種目のない以下の5競技において（ ）内の人数を下回った場合を、合同チームを考える目安とする。

バスケットボール（5） サッカー（11） バレーボール（6）
軟式野球（9） ソフトボール（9）

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・指導者間において、移動時の引率を含めた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、保護者の理解のうえで進めることが必要である。

（注）県中学校体育連盟体育大会複数合同チーム参加規程趣旨

参加を承認する精神は、あくまでも少人数の運動部による単独チーム編成が出来ないことの救済措置であり、勝利至上主義のためのチーム編成であってはならない。

（9）体罰等の根絶

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、行き過ぎた負荷を生徒にかける行為等、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行為である。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。

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。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」を心がけるべきである。

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。

3 部活動への支援

(1) 地域人材の活用

専門的な指導を求める生徒や保護者のニーズに応えつつ、教員の負担軽減に向けても、地域の専門性を有する指導者から指導・助言を得ることは有効である。

地域人材を活用することは、地域の教育力を活かすということであり、地域と協働した学校づくりにつながる。

市教育委員会等、学校設置者は、学校の実態等に応じて、指導内容の充実、生徒の安全確保、教員の時間外労働解消等の観点から、円滑に部活動を実施できるよう、地域人材の活用に向け積極的に取り組む。

地域人材の活用にあたっては、部活動が学校管理下において行われる活動であることを踏まえ、外部の指導者に対し、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。

① 外部指導者について

外部指導者は、当該部活動を担当する教員（顧問）と連携・協力しながら、部活動のコーチ等として、技術的な指導を行う。

外部指導者は、「顧問」という位置付けではないが、校長、顧問等と指導内容や生徒の様子、事故発生時の対応について情報共有を行うなど、十分に連携を図る必要がある。

② 部活動指導員について

平成 29 年 4 月 1 日、「学校教育法施行規則の一部を改正する省令」が施行され、学校における部活動の指導体制の充実を図るため、スポーツ、文化、科学等の技術的な指導を行う部活動指導員の配置が可能となった。部活動指導員に係る規則等の整備は、学校の設置者が行う。

【参考文献】

*平成 28 年 6 月 17 日

学校現場における業務の適正化に向けて「次世代の学校指導体制にふさわしい教職員の在り方と業務改善のためのタスクフォース」（文部科学省）

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/uneishien/detail/1372315.htm

*平成 30 年 3 月

運動部活動の在り方に関する総合的なガイドラインについて（スポーツ庁）

*平成 30 年 3 月

三重県部活動ガイドライン（三重県教育委員会）