

# 部活動指導ガイドライン

～より効果的で持続可能な部活動を目指して～



平成 30 年 9 月

愛知県教育委員会

## 目次

はじめに	1
1 部活動の意義	
(1) 学習指導要領における位置付けと教育的意義	2
(2) 学校教育における部活動の視点	3
2 部活動の現状と課題	
(1) 学校種ごとの現状	6
(2) 課題	10
3 これからの部活動指導に求められる方向性	
(1) 量から質へ	12
(2) 指示から支援へ	12
(3) 一律の形態から多様な形態へ	13
4 適切な部活動の運営と指導	
(1) 適切な活動量（休養日や活動時間の設定等）	14
(2) 組織的な運営体制の整備	16
(3) 活動計画の作成	18
(4) 顧問の役割	21
(5) 保護者及び地域との連携	23
(6) 安全の確保と緊急時の対応	25
(7) 体罰の根絶	28
おわりに	29

## はじめに

---

- 学校における部活動は、学習指導要領において、「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、連帯感の涵養等に資するもの」であり、「学校教育の一環」とであると位置付けられている。
- 運動部は、スポーツに親しみ、体力の向上や健康の増進を図るだけでなく、互いに競い、励まし、協力する中で、友情を深め、フェアプレイの精神を学ぶ場となっている。また、文化部では、文化芸術や科学等に親しみ、自らを高め、仲間と共に発表や表現をすることにより、達成感を得たり自己肯定感を育んだりしている。
- こうした部活動は、保護者や地域からも、児童生徒の社会性を育成する場として期待されるとともに、生涯にわたって、スポーツや文化芸術等に親しむ基礎を育むといった、極めて重要な役割を果たしている。
- しかし一方で、今日においては、社会・経済の変化等により、教育が抱える課題が複雑化・多様化する中で、学校の部活動運営において様々な課題が生じている。
- こうした中、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」を平成30年3月に策定・公表し、その中で、都道府県に対し、運動部活動の活動時間及び休養日の設定、その他適切な運動部活動の取組に関する「運動部活動の在り方に関する方針」を策定するよう求めている。
- そこで、県教育委員会では、運動部だけでなく、文化部も含め、学校における部活動が、今後とも児童生徒にとってより効果的で、かつ持続可能な活動であるための総合的な指針として「部活動指導ガイドライン」を作成することとした。
- 本ガイドラインの作成に当たっては、外部有識者として、愛知県立大学教育福祉学部の丸山真司教授や中京大学スポーツ科学部の高橋繁浩教授から助言をいただいた。
- 本ガイドラインにより、本県の学校における部活動が、本来の意義を踏まえた上で、児童生徒の生きる力の育成や豊かな学校生活の実現に資するものとなることを切に期待する。
- 各市町村教育委員会においては、本ガイドラインの趣旨を踏まえた上で、地域の実情を考慮したガイドラインの作成とその適切な運用をお願いするものである。

# 1 部活動の意義

## (1) 学習指導要領における位置付けと教育的意義

部活動は、学習指導要領（中学校・高等学校）「総則」において、「学校運営上の留意事項」として、次のように位置付けられている。

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。

- 部活動は、スポーツ、文化、科学等に共通の興味や関心を持つ同好の児童生徒によって行われる活動であり、教育課程内の活動（授業や学校行事等）では得られない貴重な経験ができる場となっている。
- 児童生徒は、部活動に参加することで、目的意識をもって充実した学校生活を送るだけでなく、異年齢の交流の中で、社会性や公共心を育むことができる。
- また、同じ目標に向かって取り組むことで、仲間や指導者等との触れ合いを深め、互いに切磋琢磨することを通じて豊かな人間関係を築くなど、心身ともに健全な育成を図ることができる。
- さらに、スポーツ、文化、科学等に親しむことで、その楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かな生活を営む資質や能力を育むことができる。

### 【部活動の教育的意義】

- 個性・能力の伸長
- 心身の健全育成
- 学習意欲の向上
- 生涯学習・スポーツの基礎づくり
- 好ましい人間関係の形成
- 適性・興味・関心の追求
- 責任感・連帯感の涵養
- 所属意識や愛校心の涵養

「中学校保健体育指導の手びき」平成23年3月 愛知県教育委員会

注：小学校の部活動について、学習指導要領に定めはないが、文部科学省「小学校学習指導要領解説」において、「クラブ活動、運動部の活動は、スポーツ等の共通の興味や関心をもつ同好の児童によって行われる活動であり、体育の授業で学習した内容を発展させたり、異なる学級や学年の児童との交流を深めたりするなどの成果が期待される」と示されている。

## (2) 学校教育における部活動の視点

学校教育の一環として部活動を実施するに当たって、以下のような視点が大切である。

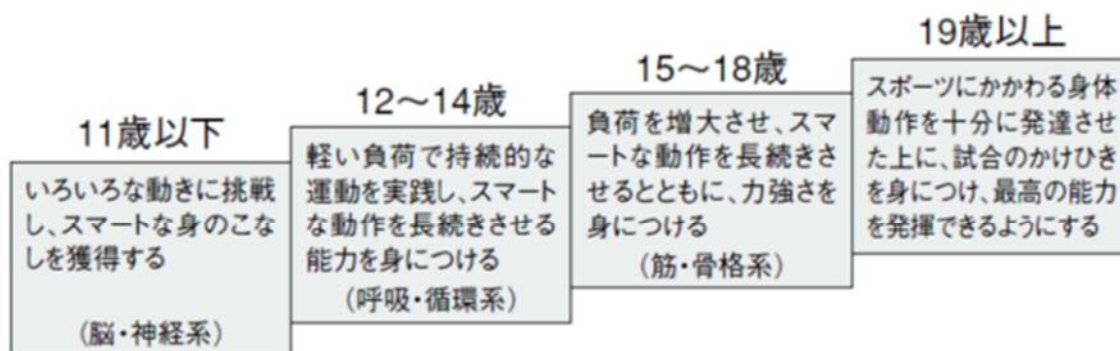
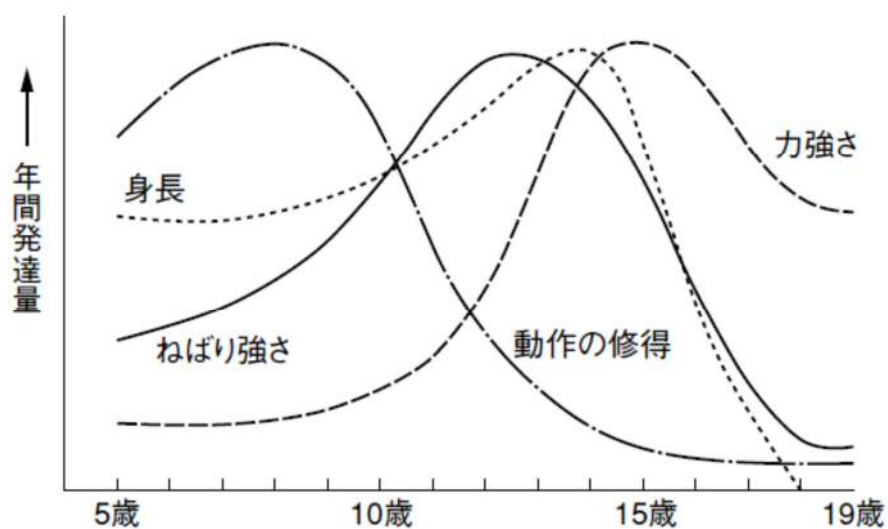
- 部活動は、教育課程において学習したことなども踏まえ、自らの適性や興味・関心等をより深く追求する機会であることから、各教科等の目標や内容との関係にも配慮しつつ、児童生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するよう促すなど、学校教育の一環として、教育課程との関連を図る。
- 部活動は、主として放課後に行われ、特に希望する同好の児童生徒によって行われる活動であることから、児童生徒の自主性を尊重する必要がある。また、児童生徒に任せ過ぎたり、勝つことのみを目指したりする活動にならないよう留意する。
- 児童生徒の自治的能力を育成するとともに、児童生徒がスポーツ活動や文化活動の形成者として、生涯にわたって主体的に参画できる能力を育む。
- 部活動の教育的意義が十分発揮されるよう、児童生徒の個性の尊重と柔軟な運営に留意したり、児童生徒のバランスのとれた生活や成長のために、休養日や練習時間を適切に設定したりするなど、児童生徒の現在及び将来の生活を見据えつつ、児童生徒の学びと生涯にわたるキャリア形成の関係を意識した活動の展開を図る。
- 児童生徒の能力・適性、興味・関心等に応じつつ、健康・安全に留意した上で、児童生徒の発達段階に応じて、合理的かつ効率的・効果的な活動が行われるよう配慮する。(資料4～5ページ参照)

## 【発達の段階を踏まえた指導の方向性】

発達段階	特 性	【運動の例】指導の方向性	
小学校	低学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・思考と活動が未分化な時期</li> <li>・運動協応能力が高く、多様な動きを身に付けることに適した時期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・易しい運動を楽しくできるようにする。</li> <li>・進んで自分たちの活動の仕方やルールを工夫することができるようにする。</li> <li>・体の基本的な動きや基礎となる動きを身に付けることができるようにする。</li> </ul>
	中学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自我が強くなり芽生え、友達との関係も深まっていく時期</li> <li>・思考と活動の分化が進み、自分の動きを意識・理解できるようになる時期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動を楽しくできるようにする。</li> <li>・進んで活動を振り返り、工夫して運動の楽しさを広げることができるようにする。</li> <li>・最後まで努力して意欲的に運動する態度を育てる。</li> </ul>
	高学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自他を客観的に捉え、知的な活動が活発になる時期</li> <li>・身体が大きく成長し、自己肯定感や劣等感を持ち始める時期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるように、活動を工夫できるようにする。</li> <li>・基本的な技能を身に付け、運動に対する自己肯定感を持てるようにする。</li> <li>・自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。</li> </ul>
中学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期に入り自意識と客観的事実との違いに悩み、様々な葛藤の中で、自らの生き方を模索しはじめる時期</li> <li>・骨の成長に筋肉の成長が追いつかず、身体のバランスが今までとは異なるため、上達に時間がかかる時期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体のバランスの変化に伴い、技能習得に時間がかかったり、停滞したりすることを考慮する。</li> <li>・骨格筋系の急速な発達を考慮した、適切な質と量のトレーニングを行い、休養日を適切に設けるようにする。</li> <li>・呼吸器、循環器の機能と関わりの深い持久力を中心に、基礎体力を高める。</li> </ul>	
高等学校	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大人の社会を展望するようになり、大人の社会でどのように生きるのかという課題に対して、真剣に模索する時期</li> <li>・運動に関する機能はピークに近づき、中学校と比べて、精神的にも肉体的にもバランスがとれるようになる時期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動技能の高まりや体力の向上に伴い、競技力が向上する時期だが、記録の向上や勝利のみを追求せず、それぞれの目標を達成できる指導を心掛ける。</li> <li>・筋力を中心に体力を高める。ただし、男女によって、骨格筋系や生理現象の特徴が違うことを考慮する。</li> </ul>	

参考：「小学校（運動領域）まるわかりハンドブック」平成23年 文部科学省

【児童生徒の年齢にみた発達の特徴と運動指導の観点】



宮下光正(1986)「小児医学 19」. 医学書院

## 2 部活動の現状と課題

### (1) 学校種ごとの現状

平成 29 年度に県教育委員会が、名古屋市立を除く県内公立学校を対象に実施した「部活動に関する実態調査」（以下「部活動調査」という。）によると、学校の教育課程外で、学校の教育計画に基づき、児童生徒の自主的・自発的な参加により行われる運動部・文化部（同好会含む。）を設置している学校は、小学校 81.4%、中学校 99.7%、全日制高等学校 100%、定時制・通信制高等学校 94.1%、特別支援学校 74.2%である。

	小学校	中学校	高等学校		特別支援学校
			全日制	定時制・通信制	
部活動を実施している	81.4%	99.7%	100.0%	94.1%	74.2%
運動部設置 (1校当たりの設置数平均)	78.0% (3.7)	99.7% (11.3)	100.0% (15.8)	94.1% (3.3)	74.2% (2.7)
文化部設置 (1校当たりの設置数平均)	69.1% (1.4)	96.4% (3.3)	100.0% (10.0)	58.8% (1.4)	71.0% (1.7)
部活動を実施していない	18.6%	0.3%	0.0%	5.9%	25.8%

「部活動に関する実態調査」 平成 29 年度 愛知県教育委員会

#### ア 小学校における部活動

- 1校当たりで実施している平均部活動数は、運動部で3部強、文化部で1部程度。主な種目は、陸上、水泳、サッカー、バスケットボール、金管バンド等。常設ではなく、大会やコンクールへの参加を目的とし、期間を限定して設置する例も少なくない。
- 地域・学校によって、実施種目や活動方法（参加学年、練習期間及び時間等）に違いがある。
- 学区が定められているため、地域の指導者や保護者が中心となって指導を実施するなど、地域と連携した活動が行われている例が多い。
- 児童の自主的、自発的な参加によるものであるが、顧問の指示による一斉での指導形態が多い。



## イ 中学校における部活動

- 1校当たりで実施している平均部活動数は、運動部で11部程度、文化部で3部程度。特定の競技や種目の技術力向上を目指した活動だけでなく、体力向上を目指した活動なども行われている。地域貢献活動に取り組む部活動もある。
- 生徒全員が部活動に所属することを推奨している学校が多い。
- 生徒の自主的、自発的な参加によるものであるが、顧問の指示による一斉での指導形態が多い。

## ウ 高等学校における部活動

- 1校当たりで実施している平均部活動数は、全日制高等学校で運動部16部弱、文化部10部、定時制・通信制高等学校で運動部3部程度、文化部1部程度。生徒の興味・関心に応じ、様々な分野の部活動が実施されている。ボランティア活動や地域貢献などに取り組む部活動もある。
- 工業・商業などの職業学科や芸術・スポーツ関連の学科・コースがある高等学校においては、当該専門分野に関する部活動が、教育課程と密接に関連づけて実施されており、生徒の活動や成果が卒業後の進路選択に影響を及ぼす場合もある。
- 運動部において、競技力の向上のみに力点を置いた部活動も少なくない。また、吹奏楽部、和太鼓部等の文化部においても、成果を求めるあまり練習時間が長時間にわたる部がある。
- 入学した年次に生徒全員が部活動に所属することを推奨している学校が多い。
- 高等学校における部活動は、魅力ある学校づくりや学校の特色づくりに大きく関わっており、県教育委員会としても県立高等学校の部活動を支援し、学校の特色づくりを進めてきたところである。

## エ 特別支援学校における部活動

- 1校当たりで実施している平均部活動数は、運動部で3部弱、文化部で2部弱。主に学校への自主通学が可能な児童生徒を中心に活動している。
- 全ての障害種の特別支援学校において、一人一人の障害の状態に応じ、活動内容や活動目標を工夫して行っており、生徒の活動や成果が卒業後の進路選択に影響を及ぼす場合もある。

- 他の特別支援学校や高等学校等の児童生徒との交流、試合会場までの公共交通機関を利用した移動などを通して、部活動が児童生徒の社会性の向上にもつながっている。
- スポーツ活動の機会の充実や地域社会との連携を図るため、卒業後もOBチーム等を結成し、継続的に活動している例がある。

### 【休養日及び活動時間の現状】

部活動の休養日について (活動しない日を含む) ※回答項目は主なものを抜粋	小学校		中学校		高等学校 (全日制)	
	運動部	文化部	運動部	文化部	運動部	文化部
週に1日の休養日を行っている (平日のいずれか1日のみ)	0.5%	0.6%	3.4%	2.1%	10.8%	1.9%
週に1日の休養日を行っている (土日どちらか1日、又はやむを得ず土日両日 ともに活動した場合の平日代替休養日1日)	0.4%	1.3%	9.6%	7.3%	60.4%	18.9%
週に2日の休養日を行っている (平日のいずれか2日のみ)	4.9%	3.0%	2.6%	2.7%	1.5%	6.3%
週に2日以上 <u>の</u> 休養日を行っている (平日1日と、土日どちらか1日又はやむを得ず 土日両日ともに活動した場合の平日代替休養 日1日)	76.5%	76.8%	78.6%	78.7%	10.0%	54.2%

「部活動に関する実態調査」 平成29年度 愛知県教育委員会

平日の授業後に行われる 部活動の活動時間について ※回答項目は主なものを抜粋	小学校		中学校		高等学校 (全日制)	
	運動部	文化部	運動部	文化部	運動部	文化部
学校等の決まりとして、 1日につき、1時間以内としている	34.2%	33.7%	3.9%	4.7%	0.0%	0.0%
学校等の決まりとして、 1日につき、2時間以内としている	35.7%	34.2%	54.4%	53.2%	25.0%	27.0%
学校等の決まりとして、 1日につき、3時間以内としている	1.8%	2.0%	9.5%	9.8%	30.4%	29.1%

「部活動に関する実態調査」 平成29年度 愛知県教育委員会

<b>休日に行われる 部活動の活動時間について</b> <small>※回答項目は主なものを抜粋</small>	小学校		中学校		高等学校 (全日制)	
	運動部	文化部	運動部	文化部	運動部	文化部
学校等の決まりとして、 1日につき、2時間以内としている	4.2%	4.3%	0.7%	0.3%	0.0%	0.0%
学校等の決まりとして、 1日につき、3時間以内としている	6.7%	6.5%	6.9%	7.5%	1.4%	1.4%
学校等の決まりとして、 1日につき、午前若しくは午後の いずれか又は4時間以内としている	15.0%	15.3%	48.5%	49.5%	13.5%	12.2%
その他、学校等の決まりを設けている	51.1%	49.5%	18.4%	18.0%	16.2%	16.2%
学校等の決まりや部活動ごとの決まり はないが、適切な活動時間である	16.3%	17.4%	21.6%	20.7%	52.7%	54.7%

「部活動に関する実態調査」 平成29年度 愛知県教育委員会

## (2) 課題

### ア 過度な活動

- これまでも体罰や科学的根拠を持たない従来型の精神論に基づく不適切な指導、勝利至上主義などが問題となってきたが、最近では、過度な活動が続くことで、スポーツ障害やバーンアウト（燃え尽き症候群）に陥る事例もあると指摘されている。
  
- 公益財団法人日本体育協会（現公益財団法人日本スポーツ協会）が平成29年に示した「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」によると、スポーツ活動時間が長いほどスポーツ外傷・障害の発生率が高く、週当たり16時間以上の活動でより高い発生率となることが示され、行き過ぎたスポーツ活動は、スポーツ外傷・障害やバーンアウトのリスクを高め、体力・運動能力の向上につながらないことが指摘されている。
  
- スポーツ庁が実施した平成29年度「運動部活動等に関する実態調査」によると、「部活動の時間・日数が長い」と回答した生徒が中学校、高等学校ともに2割程度いる。

部活動や学校生活の悩み (○はいくつでも) ※回答項目は主なものを抜粋	中学校（公立）		高等学校（公立）	
	運動部	文化部	運動部	文化部
部活動の時間・日数が長い	19.9%	19.4%	20.3%	11.4%
眠くて授業に集中できない	12.3%	11.4%	12.8%	9.7%
学業との両立	16.3%	16.6%	28.4%	17.0%
体がだるい	16.0%	16.0%	13.6%	12.0%

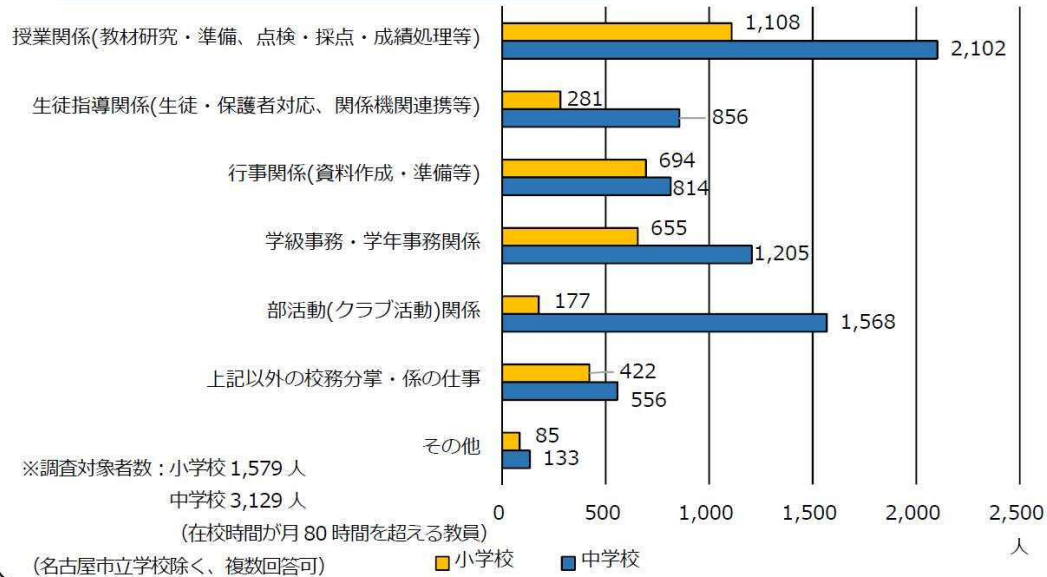
「運動部活動等に関する実態調査」平成29年度 スポーツ庁

### イ 部活動を取り巻く環境の変化

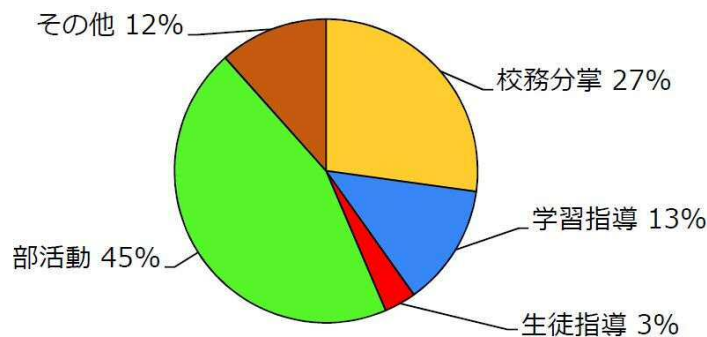
- 少子化が進展する中、児童生徒数が減少する地域においては、従来と同様の運営体制では単一校による維持が難しくなっている。
  
- 競技種目を単位とした部活動だけではなく、教育課程との関連を図りつつ、より多くの児童生徒が部活動に参加できるような機会を創出することが求められる。
  
- 教員にとって、経験のない部活動の顧問を任され負担を感じている、あるいは、顧問として放課後や休日に活動する中で、授業準備や生徒と向き合う時間が十分確保できていないなど、多忙化の一因となっている。

## 【教員の長時間勤務の状況】

### 公立小中学校（平成 29 年 11 月調査）



### 県立学校（高等学校、特別支援学校）（平成 29 年 4 月～9 月調査）



※調査対象者数：751 人（在校時間が月 80 時間を超える教員に係る平成 29 年 4 月～9 月の平均人数）  
※在校時間が月 80 時間を超えている教員について、従事時間数内訳の計に対する構成比率

「持続可能な教育の質の向上をめざして～「教員の多忙化解消プラン」に基づく取組について～」

平成 30 年 3 月、愛知県教育委員会

### 3 これからの部活動指導に求められる方向性

---

今後も部活動が学校教育の中で、その教育的効果を持続的に発揮していくために、以下の方向性で、部活動指導の在り方を見直していくことが求められる。

#### (1) 量から質へ

- 成長期にある児童生徒のスポーツ障害や事故を防ぎ、身体や心の疲労を回復するためには、活動量を適切に設定することが重要である。経験則に基づいた長時間に及ぶ活動から、科学的なデータ等に基づいた効率的・効果的な活動に転換する必要がある。
  
- 試合期、充実期、休息期に分けて年間活動計画を立てること、参加する大会、コンクール等を精選すること、効率的・効果的な活動方法を導入すること、休養日や活動時間を適切に設定すること等を考慮しながら活動計画を作成し、指導していくことがより大切となる。

#### (2) 指示から支援へ

- 部活動は児童生徒の自主的、自発的な参加によるものであり、児童生徒自身による主体的な運営がなされることが望ましいことから、児童生徒自らが進んで部活動に参画できるような雰囲気・環境づくりをすることが肝要である。
  
- 部活動の顧問は、児童生徒とのコミュニケーションを密にし、誰が、いつ、どこで、何を、どのような目的で、どのように行えばよいのか等、発達段階を踏まえつつ、児童生徒にしっかりと理解させるよう意識しなければならない。児童生徒が様々な役割分担を行い、より自立的で組織的な活動としていくことが求められる。
  
- 部活動指導は、学校、児童生徒、保護者の間での相互理解の下で、児童生徒の発達段階、健康状態、技能の習熟度、活動を行う場所や時間、安全確保の状況、気象状況等を総合的に考え合わせた、科学的・合理的な内容・方法により行われることが大切である。

### (3) 一律の形態から多様な形態へ

- 通常の競技種目単位の部活動に限らず、児童生徒のニーズを踏まえ、季節ごとに異なる競技種目を行う部活動、競技志向でなくレクリエーションとして行う部活動、体力づくりを目的とした部活動を設置するなど、多様な部活動の形態が考えられる。
  
- 児童生徒の参加希望人数が少ない場合においては、運営体制や活動方法等を工夫し、可能な限り児童生徒の希望をかなえられるよう配慮する必要がある。
  
- チーム競技等において、単一校で児童生徒のニーズに応じた部が設置できず、複数校による合同チームを編成する場合には、当該校の校長や指導者間において十分に協議し、児童生徒及び保護者の理解を得て進めていくことが大切である。

## 4 適切な部活動の運営と指導

---

### (1) 適切な活動量（休養日や活動時間の設定等）

児童生徒のバランスのとれた学校生活や成長の保障及びスポーツ障害の予防の観点などから、スポーツ庁「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」等を踏まえ、児童生徒の発達段階に応じて部活動における休養日（活動しない日を含む。）及び適切な活動時間を設定し、児童生徒や指導者の心身の疲労回復や負担軽減を図る必要がある。

#### ア 小学校

- 学期中は、週当たり3日（平日に2日と土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）のいずれか1日）以上の休養日を設ける。なお、大会への参加等により週末に活動する場合は、代替休養日の確保に努める。
- 活動時間は、平日は2時間以内、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は3時間以内とする。なお、学校休業日における大会への参加等により活動時間が長くなる場合は、児童の体調や健康状態に十分留意する。

#### イ 中学校

- 学期中は、週当たり2日（平日に1日と週末のいずれか1日）以上の休養日を設ける。なお、大会への参加等により週末に活動する場合は、代替休養日の確保に努める。
- 活動時間は、平日は2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は3時間程度とする。なお、学校休業日における大会への参加等により活動時間が長くなる場合は、生徒の体調や健康状態に十分留意する。

#### ウ 高等学校

- 学期中は、週当たり2日（平日に1日と週末のいずれか1日）以上の休養日を設ける。なお、大会への参加等により週末に活動する場合は、代替休養日の確保に努める。
- 活動時間は、平日は2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は3時間程度とする。なお、学校休業日における大会への参加等により活動時間が長くなる場合は、生徒の体調や健康状態に十分留意する。



- 高等学校段階では、各学校において中学校教育の基礎の上に多様な教育が行われている点に留意し、各学校の教育方針や実情、生徒の実態や競技種目等の特性に応じて休養日や活動時間を設定することとし、合理的かつ効率的・効果的な活動となるよう努める。

## エ 特別支援学校

- 上記のア、イ、ウに準じる。

## オ 休養日や活動時間を設定する際の配慮

- 長期休業中は、その意義を踏まえ、上記ア～エに示した基準を参考として、適切な休養日及び活動時間を設定する。
- 各種大会やコンクール等が開催される時期において基準以上に活動した場合には、休息期に休養日を十分に確保する。
- 始業前の活動については、補助的で最小限の活動とする。実施する場合は、その目的を明確にし、地域や学校、各部活動の実情に応じて適切な活動時間及び活動内容とする。また、児童生徒の通学に要する時間等を十分考慮する。

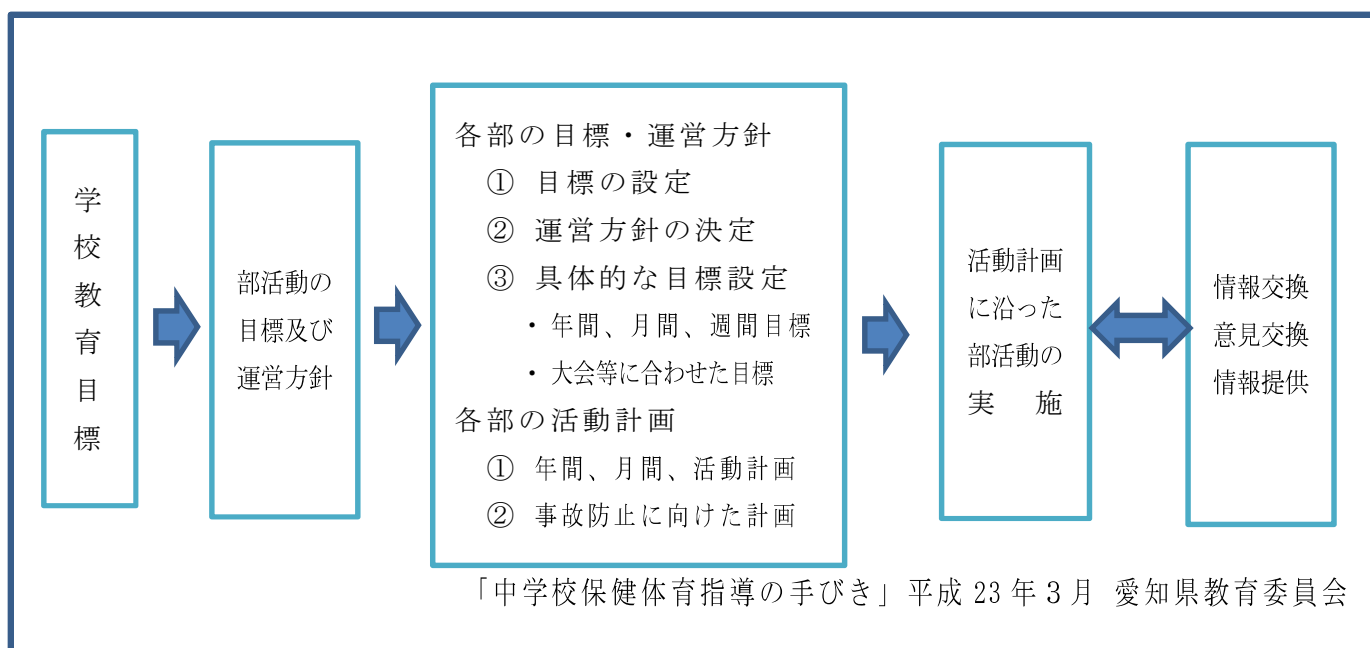
### 参考例 1：始業前に活動する理由として考えられること

- ・ 陸上競技の投てき練習等で、安全を確保した活動を行う場合
- ・ 気候等を考慮し、児童生徒の健康・安全に配慮した活動を行う場合
- ・ 大会やコンクールに向けた特別な活動や準備が必要な場合 など

- 活動時間については、日没時刻等を考慮しつつ、児童生徒が安全に帰宅できるよう配慮する。特に冬期においては、日没が早くなることもあり、帰宅が遅くなるような場合には、保護者に事前に連絡をしたり、場合によっては迎えを依頼したりするなど、きめ細やかな対応が求められる。
- 休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、各市町村や各学校において、定期試験前に共通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や時間の目安を定めることなどが考えられる。

## (2) 組織的な運営体制の整備

- 部活動を通して、学校生活をより豊かで充実したものとしていくため、これまで以上に児童生徒の成長や学業との両立に配慮した適切な部活動運営を行う必要がある。そのためには、校長を中心とする責任ある体制の下、学校全体として組織的に指導、運営及び管理していくことが重要である。
- 校長は、学校の設置者が策定したガイドラインの趣旨を踏まえ、各学校における部活動の目標や運営方針を策定し、組織全体で共有するとともに、実態に応じて顧問会議を定期的を開催するなど、部活動の組織化を図る。
- 顧問は、各学校で定めた部活動の目標や運営方針に従い、参加する大会・コンクール等を精選した上で、年間及び月間等の活動計画を作成し、校長に提出する。活動計画の作成に当たっては、児童生徒にとって、バランスのとれた学校生活とすることやスポーツ障害を予防する観点などから、活動時間や練習日数、休養日を適切に設定する。
- 校長は、部活動の運営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。
- 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を整えていくことが大切である。



## 参考例 2 : 学校経営案の記載内容の共通理解

- 学校経営案に記載された部活動運営組織や運営方針等について、学校全体で共通理解を深める。

### 【記載例】

- ・「部活動運営委員会、顧問会議、キャプテン会議など、部活動の組織化を図り、顧問全体の共通理解の下、より良い部活動運営に向けて検討を行う。」
- ・「部活動運営委員会において部活動指導全般に関わる検討を行う。」
- ・「部活動に積極的に取り組ませることにより、健全な心身の成長を促すとともに、生きる力の育成や豊かな学校生活の実現を図る。」
- ・「出場大会名、活動時間等を含む年間活動計画を部ごとに作成する。」

## 参考例 3 : 児童生徒のニーズに応じた部活動の設置

- 小学校における体力づくり部や、友達と楽しく体を動かすレクリエーション型の部活動、中学校の女子生徒を対象とした運動部など、児童生徒のニーズや課題に対応した部活動を設置する。

### 【例】

- ・体力テストの判定が低かった児童が自発的に集まり、週に1回顧問の指導の下、体力づくりに励むことによって、体力の向上を目指す。
- ・これまで体育の授業以外は全く運動をしなかった女子生徒が、ニュースポーツに親しむ部活動を新たに立ち上げ、自主的に活動する。

### (3) 活動計画の作成

顧問は作成に当たって、以下のことに留意する。

- 児童生徒の事故防止及び安全管理、健康管理に十分留意し、発達段階に応じた活動計画を立てる。
- 勝利を追求するあまり、活動内容が高度過ぎたり、活動量が児童生徒に過重な負担になったり、活動時間が長時間にわたり、睡眠不足など日常生活や学業に支障が出たりしないよう配慮する。
- 各種大会やコンクール等への参加・出場等については、普段の活動の成果を試す機会と捉え、大会等の主催者や意義等を考慮し、可能な限り精選するとともに、各部活動の年間計画に明確に位置付ける。

#### 参考例 4 : 適切な活動計画の作成と P D C A サイクルによる振り返り

- 部活動の目標及び運営方針に従って活動計画を作成する。
- 活動計画の作成に当たっては、過度な活動とならないよう、児童生徒の発育・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・月間計画を立て、児童生徒が活動の見通しを持って活動できるよう配慮する。また、試合期、充実期、休息期に分けて計画を立てるなど、活動に強弱をつけることも必要である。

##### 【例】

- ・コンクール前には休日に活動することもあるが、コンクールが終わった後には休日は活動しないこととし、年間を通して適切な休養日を確実に取る。

- 活動後には、「P（計画）D（活動）C（点検）A（改善）」サイクルを活用した振り返りを行い、改善に努める。

##### 【例】

- ・部活動運営や指導方法について、定期的に点検や分析を行い、指導力向上や改善に努める。
- ・活動日時や活動内容を確認するためのチェックシートを活用し、組織としての客観的な評価を行う。

参考例 5 : 中学校における月間活動計画の例

(吹き出しは活動計画立案上の留意点)

日	曜	活動時間	場所	練習 活動内容	備考
1	木	練習なし(休養日)			
2	金	16:00~18:00	本校	練習	
3	土	9:00~12:00	〇〇中学校	練習試合	
4	日	練習なし(休養日)			
5	月	16:00~17:00	本校	練習	3(土)に他校で活動するため、活動時間を短縮
6	火	16:00~18:00	本校	練習	
7	水	16:00~18:00	本校	練習	
8	木	練習なし(休養日)			
9	金	16:00~18:00	本校	練習	
10	土	9:00~11:00	本校	練習	11(日)に公式戦を行うため、2時間の練習
11	日	9:00~16:00	市営グラウンド	市民大会	
12	月	練習なし(休養日)			10(土)、11(日)に活動するため練習なし
13	火	16:00~18:00	本校	練習	
14	水	16:00~18:00	本校	練習	
15	木	練習なし(休養日)			
16	金	16:00~17:00	本校	練習	17(土)、18(日)公式戦を行うため1時間の練習
17	土	9:00~16:00	市営グラウンド	市内大会	
18	日	9:00~12:00	市営グラウンド	市内大会	
19	月	練習なし(休養日)			17(土)、18(日)に公式戦を行うため練習なし
20	火	16:00~18:00	本校	練習	
21	水	16:00~18:00	本校	練習	
22	木	16:00~18:00	本校	練習	
23	金	16:00~18:00	本校	練習	
24	土	練習なし(休養日)			公式戦が終わったため、土日とも練習なし
25	日	練習なし(休養日)			
26	月	16:00~18:00	本校	練習	
27	火	16:00~18:00	本校	練習	
28	水	16:00~18:00	本校	練習	
29	木	練習なし(休養日)			
30	金	16:00~18:00	本校	練習	
31	土	練習なし(休養日)			テスト週間

参考例 6：高等学校における年間活動計画例（運動部）

月	学校行事	練習・活動内容、参加予定大会	備考
4	入学式 始業式 部活動登録	インターハイ予選（支部予選）	
5	遠足 体力テスト 中間考査	インターハイ予選（県大会）	
6	期末考査	東海大会	
7	期末考査 クラスマッチ 終業式	インターハイ	
8		強化練習	
9	始業式 学校祭 （体育大会、文化祭）	新人大会（支部予選）	
10	中間考査	新人大会（県大会） 新人大会（東海大会）	
11	修学旅行 期末考査		
12	期末考査 終業式	選抜大会（県大会）	
1	始業式	選抜大会（東海大会）	
2	学年末考査		
3	卒業式 クラスマッチ 修了式	選抜大会（全国大会）	
<p>活動日：月、火、水、金、土                      休養日：木、日及び定期考査期間中                      活動時間：平日 16：00～18：00、休日 9：00～12：00 もしくは 13：00～16：00                      ※活動日時は、大会や練習試合等により変更となる場合がある。                      ※県大会を勝ち上がった場合は東海、全国大会などの上位大会に出場する。</p>			

#### (4) 顧問の役割

顧問は、部活動に関する学校の目標や運営方針を踏まえ、他の教職員とも連携・協力し、活動計画に基づいた運営及び効率的・効果的な指導を行う。

##### ア 児童生徒の状況把握

- 児童生徒の個性や能力、心の動きに配慮した指導を心がけるとともに、安全に配慮した指導を行う。また、生涯を通じてスポーツ・文化活動を実践する態度や能力の育成に向け、児童生徒の自主性や主体性を尊重した運営に努める。
- 部活動以外の学校生活においても児童生徒とのコミュニケーションを大切にし、部活動日誌や個人ノート等を活用して日々の活動の状況を把握することで、児童生徒が発するシグナルを見逃さない。

##### イ 専門的な技術指導

- 指導方法の「引き出し」を数多く持つことを心がけ、身に付けた指導方法を児童生徒一人一人に応じて適切に使い分けることが望まれる。そのためには、運営や指導方法について、定期的に点検や分析を行い、指導力向上や改善に努めることが必要である。
- 運動部においては、今後、スポーツ競技の国内統括団体により作成されることが見込まれる「運動部活動指導手引」等を活用しながら、短時間で効果的に技能や記録の向上を図れるよう、指導方法の改善に取り組むことが必要である。
- 児童生徒の安全・安心が確保されるよう、安全点検の徹底、スポーツ障害・バーンアウトの予防、体罰の根絶、女子への指導に関する正しい理解等に努めることが重要である。

## 参考例 7 : 複数顧問制による役割分担

- 一つの部活動に対して複数の顧問を配置し、顧問の役割を分担したり交替で指導に当たったりすることにより、活動や大会引率、事務作業等の顧問業務に関する負担を平準化し、多忙化解消につなげる。

### 【交替制指導の例】

- ・ 中学校での月間指導例（顧問 A と顧問 B の複数顧問配置の場合）

( ) は指導時間

	月	火	水	木	金	土	日
第 1 週	A (2)	A (2)	A (2)	休養日	A (2)	A (3)	休養日
第 2 週	B (2)	B (2)	B (2)	休養日	B (2)	大会	
						B (6)	A (6)
第 3 週	休養日	A (2)	A (2)	休養日	A (2)	A (3)	休養日
第 4 週	B (2)	B (2)	B (2)	休養日	B (2)	B (3)	休養日

顧問 A : 26 時間、顧問 B : 25 時間

### 【役割分担の例】

- ・ 高等学校での例（顧問 A と顧問 B と顧問 C の複数顧問配置の場合）

例①		例②	
顧問 A	主に技術指導・引率業務	顧問 A	主に技術指導・引率業務
顧問 B	主に事務業務	顧問 B	
顧問 C	主に会計業務	顧問 C	主に事務業務と会計業務

## 参考例 8 : 顧問としての研修

- 教育活動の一環として行われている部活動の意義や目的、指導方法等に関して研修を行う。

### 【例】

- ・ 学校の現職研修会において、部活動総合指導員（部活動総合コーチ）\*1 が講師となり、顧問を対象に、効率的・効果的な指導について、研修の講話や実技指導を行う。

\*1 : 平成 30 年度から県立高等学校に配置している、複数の部活動を横断的にサポートし、単独で指導や大会等への引率ができる非常勤職員。

- ・ 指導経験がなかったり、また浅かったりするために部活動指導に不安を感じている顧問が、部活動の指導上の留意点、技術指導等に関する研修会に参加し、部活動指導に関わる負担の軽減を図る。
- ・ 部活動を担当する特別活動部が中心となり、体育館でバレーボール実技講習会等を開催し、全顧問が基礎的技術やルール、指導法等について研修する。



## (5) 保護者及び地域との連携

部活動を持続可能なものにしていくためには、保護者、さらには地域社会と連携を図っていく必要がある。

### ア 保護者との連携・協力

- 部活動は学校教育の一環として行われており、日常の教育活動や学校行事などと同様に、保護者の理解を得る必要があり、活動にかかる費用や健康、栄養などの面からも、保護者の援助、協力が不可欠である。日頃から保護者との信頼関係を築き、児童生徒の活動が充実したものになるように心掛けることが大切である。
- 学校は、部活動について保護者に積極的に情報を発信するとともに、指導方針や活動計画を保護者に知らせることで、学校と家庭が連携した部活動運営に努める。
- 部活動によっては、児童生徒の保護者による「保護者会」等が活動している場合がある。保護者会等による部活動への応援、援助は部活動の充実に有用であり、部活動指導の効果が上がることも期待されるため、保護者会等との協力体制の確立に努める。

### 参考例 9：保護者との連携・協力

#### 【例】

- ・年度当初に保護者説明会を開催し、顧問から指導方針や活動内容、活動計画について説明する。併せて、用具等の部活動にかかる費用について説明し、同意を得る。
- ・半年に1度、部活動見学会を開催するなど、保護者に活動の様子を参観してもらうことにより、保護者の理解と協力を得る。

### イ 地域との連携

- 専門的な指導を求める児童生徒や保護者のニーズに応えつつ、教員の負担軽減を実現するために、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。
- 外部指導者として、地域人材の協力を得るためにも、学校は、部活動について地域に積極的に情報を発信し、学校と地域社会との連携に努める必要がある。
- 地域人材を活用するに当たっては、部活動が学校管理下で行われる教育活動の一環であることを踏まえ、外部指導者に対して、部活動の運営方針等について十分に理解を得た上で、適切な指導に当たるよう働きかけなければならない。

## 参考例 10：外部指導者の有効活用

- 必要に応じて部活動指導員\*<sup>2</sup>や非常勤教師\*<sup>3</sup>、部活動専門指導員\*<sup>4</sup>（以下「部活動コーチ」という。）などの地域指導者等を効果的に活用する。

\*<sup>2</sup>：平成 29 年 4 月に学校教育法施行規則に位置付けられた、単独で部活動指導や大会引率等を行うことのできる学校の職員。

\*<sup>3</sup>：県立の高等学校及び特別支援学校において、部活動における茶道、華道、剣道、柔道、弓道又はこれらに準ずるものの指導を担当する非常勤職員。

\*<sup>4</sup>：平成元年度から県立高等学校に配置している、顧問を補佐して主に技術的な指導を行う非常勤職員。

### 【例】

- ・単独での指導や大会引率等が可能な部活動指導員を活用し、専門とする顧問が異動してしまったバレーボール部の指導を依頼する。
- ・吹奏楽部の顧問は打楽器を専門としているため、県が配置する部活動コーチに管楽器のパート指導を依頼する。
- ・総合型地域スポーツクラブと連携し、平日の授業後にバスケットボール部の指導を依頼する。

## 参考例 11：地域とのつながりを深めるために

- 地域のコミュニティが主催する活動や市町村主催のスポーツイベント等に関わり、地域の一員としての所属意識を高める。

### 【例】

- ・地元地域で開催される駅伝大会に、陸上競技部が選手として参加するだけでなく、ボランティアとしても協力する。
- ・地域の総合型地域スポーツクラブ等のスポーツ団体と連携して、児童生徒や卒業生がスポーツに親しむことのできる環境を整備する。

## (6) 安全の確保と緊急時の対応

### ア 安全の確保

- 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要がある。部活動においても、児童生徒のバランスのとれた生活や成長のために健康・安全に留意した適切な活動を行う必要がある。
- 顧問は、必ず事前に児童生徒に安全に対して注意を促し、個に応じた指導も含めて、計画的に指導していくことが大切である。
- 熱中症を予防するため、高温や多湿時にはWBGT値にも留意し、十分に水分や塩分が補給できる休憩時間を確保するとともに、児童生徒の健康管理を徹底する必要がある。また、落雷などを避けるため、急激な天候の変化にも迅速に対応する必要がある。
- 活動場所の施設設備等については、常にその状態を把握するとともに、必要に応じて臨時の安全点検を実施し、事故防止に努める。
- 安全点検等の実施に当たっては、児童生徒の意見も聞き、児童生徒の視点から危険が感じられる箇所についても点検を行う。このように、児童生徒の参加を促すことは、安全教育の視点からも重要である。

### イ 緊急時の対応

- 校内で事故が発生した場合に備え、速やかに管理職等に第一報が入るようにしておくこと。また、医療機関で受診するための道筋が確立されていることが必要である。
- 事故が発生した後は、速やかに管理職及び顧問によって事故原因を分析し、安全管理と指導の在り方について点検するとともに、再発防止対策を早急に講ずることが必要である。

---

注：「WBGT」

WBGT（湿球黒球温度）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。単位は気温と同じ摂氏度（℃）で示されるが、その値は気温とは異なる。暑さ指数（WBGT）は人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい ①湿度、②日射・輻射（ふくしゃ）など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標

※参考：環境省熱中症予防サイト <http://www.wbgt.env.go.jp>

### 参考例 12：熱中症対策

- 熱中症は、運動部活動以外の部活動や、屋内においても発生している。また、体がまだ暑さに慣れていない時期、それほど高くない気温(25～30℃)でも湿度等その他の条件により発生している。
- 熱中症予防のため、児童生徒の健康状態や個人差に十分配慮し、活動前に適切な水分補給を行うとともに、必要に応じて水分や塩分の補給ができる環境を整え、活動中や終了後にも適宜補給を行うこと等の適切な措置を講じる。
- 熱中症等の対応については顧問で共通理解を図り、応急手当の研修を実施したり、連絡(学校医、消防署、教育委員会、家庭等)の分担を明確にしたりして、救急体制を確立しておく。また、日頃から児童生徒に熱中症についての知識・予防等について啓発しておく。
- WBGT 値によっては、活動の中止や見直し等、柔軟な対応を検討する。

### 参考例13：アナフィラキシー・ショック対策

- 食事直後の運動によりアナフィラキシー・ショックが起きる場合があるため、始業前の活動や昼食後の活動等においては十分注意する。
- アナフィラキシーの症状が見られる場合にはエピペンの手配等、対応に当たる。

### 参考例14：落雷事故対策

- 厚い黒雲が頭上に広がった際には、雷雲の接近を意識する必要がある。雷鳴はかすかであっても危険信号であり、雷鳴が聞こえるときは、落雷を受ける危険性があるため、すぐに安全な場所(鉄筋コンクリートの建物、自動車、バス、列車等の内部)に避難する等の措置を講じる。
- 雷鳴が聞こえなくても突然落雷が発生する場合があることや、雷鳴が聞こえなくなっても 20 分くらいは落雷の危険があることにも留意する。

注：「アナフィラキシー・ショック」

皮膚、消化器、呼吸器等、複数の臓器に重症のアレルギー症状が同時に出現し、生命に危機を与えることもあるような状態を「アナフィラキシー」と呼ぶ。

アナフィラキシーに血圧の低下や意識障害(意識がもうろう、呼びかけに反応できないほど)を伴う場合を「アナフィラキシー・ショック」と呼ぶ。

「学校における食物アレルギー対応の手引」平成 28 年 2 月 愛知県教育委員会

### 参考例 15：事故を未然防止するための校内研修の内容

- 「事前」の危機管理に対応した内容

#### 【例】

- ・ 校内の事故統計や事故事例、安全点検の結果や日本スポーツ振興センター等の事故災害情報を活用した安全な環境整備

- 「発生時」の危機管理に対応した内容

#### 【例】

- ・ A E D の使用
- ・ 心肺蘇生法等の応急手当に関する知識技能の向上

### 参考例 16：施設の安全管理

- サッカーゴール等移動式体育器具を必ず固定具（くい）で固定し、脚部を重くして（砂袋等を置く）転倒防止を図る。また、強風が予想される場合は、あらかじめ倒しておく等の措置を講じ、事故防止を図る。


### 参考例 17：児童生徒参加による安全点検の実施

- グラウンドにおける石やガラスなどの危険物の有無や楽器などを入れる棚の整理整頓状況などを項目にした、安全点検カードを活動場所に掲示するなど工夫により、児童生徒の安全に関する意識を高める。

## (7) 体罰の根絶

体罰は、学校教育法第 11 条において禁止されており、顧問は、部活動指導場面のみならず、児童生徒への指導に当たり、いかなる場合も体罰を行ってはならない。体罰は、違法行為であるのみならず、児童生徒の心身に深刻な悪影響を与え、顧問及び学校への信頼を失墜させる行為である。

- 体罰により正常な倫理観を養うことはできず、逆に、児童生徒に力による解決への志向を助長させ、いじめや暴力行為などの連鎖を生む恐れがある。
- 運動部活動においては、児童生徒の技術力・身体的能力、又は精神力の向上を図ることを目的として、肉体的、精神的負荷を伴う指導が行われるが、これらは心身の健全な発達を促すとともに、活動を通じて達成感や仲間との連帯感を育む目的の範囲内でのみ許容されるものである。

<p>体罰等の許されない指導</p> <div style="text-align: center;">  <p><b>絶対ダメ！！</b></p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・顧問の指示に従わない児童生徒の頬を殴打する。</li> <li>・長時間にわたっての正座・直立等特定の姿勢の保持をさせる。</li> <li>・熱中症の発症が予見され得る状況下で水を飲ませずに長時間ランニングをさせる。</li> <li>・柔道で児童生徒が受け身をできないように投げたり、まいったと意思表示しているにも関わらず攻撃を続けたりする。</li> <li>・剣道で防具で守られていない身体の特定の部位を打突することを繰り返す。</li> <li>・児童生徒の人格等を侮辱したり否定したりするような発言やパワーハラスメントと判断される威圧・威嚇的発言を行う。</li> <li>・特定の児童生徒に対して、独善的に執拗かつ過度に肉体的、精神的負荷を与える。</li> </ul>
<p>【参考】 学校教育の一環である部活動で教育上必要があると認められるときに行われると考えられるもの</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・試合中に危険な反則行為を繰り返す児童生徒を試合途中で退場させて見学させるとともに、試合後に試合会場にしばらく残留させて、反則行為の危険性等を説諭する。</li> <li>・練習で、特に理由なく遅刻を繰り返し、また、計画に基づく練習内容を行わない児童生徒に対し、試合に出場させずに他の選手の試合に臨む姿勢や取組を見学させ、日頃の練習態度、チームプレーの重要性を考えさせ、今後の取組姿勢の改善を促す。</li> </ul>
<p>【参考】 通常のスポーツ指導による肉体的、精神的負荷として適切な範囲と考えられるもの</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボールで、レシーブの技能向上の一方法であることを理解させた上で、様々な角度から反復してボールを投げてレシーブ練習をする。</li> <li>・柔道で、安全上受け身をとれることが必須であることを理解させ、初心者の児童生徒に対して、毎日、技に対応できるような様々な受け身を反復して行う。</li> <li>・野球の試合で決定的な場面でスクイズを失敗したことにより得点が入らなかったため、1点の重要性を理解させるため、翌日、スクイズの練習を中心に行う。</li> <li>・試合等の結果を振り返り、今後の練習の改善に生かすため、試合後、ミーティングで児童生徒が練習に取り組む姿勢や練習方法の工夫を考え、今後の取組内容等を自分たちで導き出す。</li> </ul>

## おわりに

---

- 少子化の進展、教員の働き方改革など社会情勢が変化する中、従来の学校を基礎単位とした部活動の在り方が問われている。
- 児童生徒の減少が進む学校や地域では、従前の運営では部活動の維持が難しくなっており、地域の実情に応じて、長期的に、地域社会全体で、これまでの学校単位の部活動に代わりうる児童生徒のスポーツや文化、科学等に親しむ活動の機会を確保していくことが課題となっている。
- 部活動指導の大半が、教員の勤務時間外に行われている現状の中、教員の勤務時間外における部活動運営の手法の研究や教員のサービスの在り方の法制度上の整備が強く望まれるところである。
- スポーツ庁の作成した「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」では、中央競技団体に対して、運動部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のための指導手引を作成するよう求めている。  
競技レベルに応じた1日2時間程度の練習メニュー例と週間、月間、年間での活動スケジュールや、効果的な練習方法等、顧問や児童生徒にとって分かりやすく、かつ活用しやすい指導手引が早期に作成・公表されることを期待する。
- また、同ガイドラインでは、ジュニア期におけるスポーツ環境の整備について、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にも言及している。  
本県では、こうした動きなどを注視しながら、関係団体等とも更に連携を深め、文化部を含めた部活動が、より効果的で持続可能な教育活動となるよう取り組んでいく。

