

**新潟市立中学校**

# **部活動指導のガイドライン**

**新潟市**

# 目 次

1	ガイドライン策定の趣旨	・・・・・・・・	P	1
2	部活動の位置づけ	・・・・・・・・	P	1
3	部活動の目的	・・・・・・・・	P	2
4	適切な練習時間・休養日の設定			
	(1) 基本的な考え方	・・・・・・・・	P	2
	(2) 年間計画の作成	・・・・・・・・	P	3
5	指導の在り方			
	(1) 学校組織全体での運営	・・・・・・・・	P	3
	(2) 指導者として	・・・・・・・・	P	4
	(3) 体罰等の禁止	・・・・・・・・	P	5
	(4) 事故防止対策等	・・・・・・・・	P	6
6	外部指導者の活用に関する事項			
	(1) 部活動エキスパート，サポーターについて	・・・・・・・・	P	7
	(2) 部活動指導員について	・・・・・・・・	P	8

## 1 ガイドライン策定の趣旨

部活動の運営の適正化に向けて、練習時間や休養日の設定、指導の充実等について、2018年3月にスポーツ庁より「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」が策定されました。

新潟市もこれを受け、生徒のバランスのとれた健全な成長を目指し、各学校及び指導者が指導の在り方や方法などの見直しや改善に役立つ「部活動指導のガイドライン」を策定しました。その後、2018年12月に文化庁より「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」が策定され、この趣旨を踏まえた取組が一層求められています。

部活動は、スポーツや文化等に親しむ観点から教育的側面での意義が高いものですが、適切な休養を伴わない行き過ぎた活動は、教員、生徒ともに、様々な弊害を生んでいます。また、中学校教員の時間外勤務の実態も全国的な社会問題となっています。新潟市はこのガイドラインを基に教員の勤務負担の軽減も含め、生徒の多様な体験の充実、健全な成長を促す観点からも、休養日の設定の徹底をはじめ、部活動の見直しを行い、適正化を推進していきます。

## 2 部活動の位置づけ

### 中学校学習指導要領

(2018年3月改訂，2021年度全面実施) - 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。

### 3 部活動の目的

新潟市の中学校の部活動は、次の3つを目的としている。

- ① **自律性の伸長と健康な身体づくり**
  - ・めあてをもち、その達成に向けて取り組むことを通して、向上心、責任感等の自律性をのばすとともに、健康な身体をつくる。
- ② **社会性の伸長と豊かな心の育成**
  - ・目的を同じにする先輩・仲間・後輩との好ましい人間関係を築き、互いに支え合い、高め合うなどの社会性を高め、豊かな心を育む。
- ③ **技能の向上**
  - ・専門的な運動能力を高めたり、表現の技能を高めたりする。

中学生として、心身ともに健やかに成長し、学習との両立を図っていくためには、部活動の練習時間、学習時間、家族と共に過ごす時間など、バランスのとれた時間を確保していくことが大切である。

### 4 適切な練習時間・休養日の設定

#### (1) 基本的な考え方

※練習时间及び休養日については、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、以下を基準とする。

#### 【練習時間について】

※以下に示す練習時間とは、用具の準備時間及び片付け時間も含む。

- ・平日の練習は長くても2時間程度以内、週休日等の練習は3時間程度以内（大会・練習試合等は除く）で練習を終えることを原則とする。
- ・長期休業中は、職員の勤務時間内の3時間程度以内で練習を終えることを原則とする。

#### 【月曜日～金曜日（平日）の休養日について】

- ・月曜日～金曜日に1日以上の休養日~~を設けること。~~

#### 【土曜日・日曜日（週休日）の休養日について】

- ・連続する土曜日、日曜日（週休日）のうち、最低1日は休養日とすることを原則とする。
- ・しかし、大会、練習試合、強化練習等で連続する土曜日、日曜日に1日以上~~の休養日~~を設けることができない場合があることも考えられる。その場合は、年間を52週と考え、土日に年間で52日以上の休養日~~を設けることとする。~~

- ・ただし、「授業や部活動が無く、一日中ゆっくり休める日」が長期的に無くなることのないようにするために、1ヶ月に最低でも2日は週休日（土日）に休養日を設定すること。

#### 【長期休業中の休養日について】

- ・長期休業中は1週間（月～日）に2日以上の休養日<sup>①</sup>を設けることとし、可能な限り週休日（土日）を休養日とすることが望ましい。
- ・生徒が十分な休養を取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を設ける。

### （2）年間計画の作成

- ・部活動顧問は、上記を踏まえ、年度当初に年間を見通した活動計画を作成し、全職員・生徒・保護者にも配付・説明し、理解を求めること。
- ・部活動顧問は、年間計画を作成する際には、休養日を確保することを十分考慮し、生徒・保護者との共通理解を図りながら、参加する大会を選んでいくことが求められる。
- ・校長は部活動顧問が作成した年間活動計画を確認し、参加する大会等を精査した後に、教育委員会学校支援課まで提出する。
- ・校長は毎月の実施状況を把握し、7月末、12月末、年度末までの実施状況を実績報告書として教育委員会学校支援課まで提出する。

## 5 指導の在り方

※このガイドラインに記載されている「部活動顧問」とは「部活動顧問及び副顧問」，「指導者」とは「部活動顧問・副顧問及び外部指導者」を表す。

### （1）学校組織全体での運営

#### ① 指導体制の構築

- ・校長のリーダーシップのもと、教員の負担軽減の観点に配慮しつつ、学校組織全体で部活動の運営や目標・方針・ガイドライン等を教育計画に位置づけ、組織的な運営を行うこと。また、日常の運営、指導において必要な場合には校長が適切な指示をしたり、部活動顧問の教員等の間で意見交換をしたりしながら、指導の内容や方法の研究、情報共有を図ることが必要である。
- ・部活動は、部活動顧問の教員の積極的な取組に支えられるところが大きいと考えられるが、学校教育の一環としてその管理の下に行われるものであることから、各活動の運営、指導が部活動顧問の教員に任せきりにならないようにすることが必要である。

#### ② 保護者への目標、計画等の説明と理解

- ・保護者等に対して、学校全体の目標や方針、各部の活動の目標や方針、計画等について積極的に説明し、理解を得ることが望まれる。

### ③ 外部指導者等の協力を得る場合の校内体制の整備

- ・部活動顧問の教員の状況や生徒のニーズ等によっては、技術的な指導は、地域などでの優れた指導力を有する外部指導者が中心となることが効果的である場合も考えられる。
- ・外部指導者等の協力を得る場合には、学校全体の目標や方針、各部の活動の目標や方針、計画、具体的な指導の内容や方法、生徒の状況、事故が発生した場合の対応等について、学校、部活動顧問の教員と外部指導者との間で共通理解を図ることが必要である。
- ・技術的な指導においても、必要なときには部活動顧問の教員は外部指導者に適切な指示を行うこととして、指導を外部指導者に任せきりとならないようにする必要がある。

## (2) 指導者として

### ① 生徒が主体的に自立して取り組む力の育成

- ・指導者は部活動を通し、以下のように生徒が主体的に自立して取り組む力を育む必要がある。ただし、生徒の自主性を尊重するあまり、生徒に任せすぎたり、勝つことのみを目指した活動（勝利至上主義）にならないように留意すること。
- ・個々の生徒が、技能や記録等に関する自分の目標や課題、部活動内での自分の役割や仲間との関係づくり等について自ら設定、理解して、その達成、解決に向けて必要な内容や方法を考えたり、調べたりして、実践につなげる。
- ・生徒同士で、部活動の方向性や各自の取組姿勢、試合等での作戦や練習にかかる事柄等について、筋道を立てて話し合う活動などにより目標達成や課題解決に向けて必要な取組を考え、実践につなげる。

### ② 生徒の心理面を考慮した肯定的な指導

- ・指導者は、生徒自らが意欲をもって取り組む姿勢となるよう、雰囲気づくりや心理面での指導の工夫が望まれる。生徒のよいところを見つけて伸ばしていく肯定的な指導等を場面に応じて適切に行っていくことが望まれる。指導者の感情により指導内容や方法が左右されないように注意が必要である。

### ③ 指導者と生徒の信頼関係づくり

- ・部活動は自主的、自発的な活動であるため、指導者が生徒に対して、指導の目的、技能等の向上や生徒の心身の成長のために適切な指導の内容や方法を明確に伝え、理解させた上で取り組ませるなど、両者の信頼関係づくりが活動の前提となる。

### ④ 生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり

- ・部活動は、複数の学年の生徒が参加すること、同一学年でも異なる学級の生徒が参加すること、生徒の参加する目的や技能等が様々であること等の特色をもつことから、部活動顧問は学級担任としての学級経営とは

異なる指導が求められる。

- ・指導者は生徒のリーダー的な資質能力の育成とともに、協調性、責任感の涵養等の望ましい人間関係や人権感覚の育成，生徒への目配り等により，上級生による暴力行為やいじめ等の発生の防止を含めた適切な集団づくりに留意することが必要である。

#### ⑤ 運動部活動における科学的トレーニング方法の導入

- ・指導者は，自分自身のこれまでの実践，経験に頼るだけでなく，技能や記録の向上といった生徒の目標が達成できるよう，スポーツ医・科学の研究の成果を積極的に取り入れ，種目の特性に合わせ適切な休養を取りながら，短時間で効果が得られる活動を実施する。その際は，指導する生徒の現状を踏まえて適切に行う必要がある。
- ・指導者は，自身の指導技術や最新の理論等を学ぶために，諸団体が開催する研修会等に積極的に参加するように努める。

#### ⑥ 保護者等への目標，計画等の説明と理解

- ・部活動顧問は，保護者に対して，担当する部活動の目標や年間計画等について部活動保護者会や部活動たより等を利用し，積極的に説明し，理解を得るよう努めること。また，年間計画で予定していた活動日に変更があることも十分考えられるので，毎月の活動計画をその都度保護者に示すことが望ましい。また，月間活動計画は校長にも提出すること。
- ・部活動実態調査による保護者のコメント欄に「練習試合等で毎週土日に子どもを送っており，親も休めない。」という意見が多くあった。保護者負担についても十分注意する必要がある。

### (3) 体罰等の禁止

#### ① 体罰根絶に向けて

- ・体罰は学校教育法で明確に禁じられている。
- ・指導に当たっては，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。体罰等は，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の後々の人生まで，肉体的，精神的に悪い影響をおよぼす可能性がある。

#### ② 体罰等の許されない指導と考えられるものの例

- ・部活動の指導において，学校教育法，運動部活動を巡る判例，社会通念等から，指導者による下記のア～カのような発言や行為は体罰等として許されないものと考えられる。また，これらの発言や行為について，指導者と生徒との間での信頼関係があれば許されるという認識は誤りである。
  - ア) 殴る，蹴る等。
  - イ) 社会通念，医・科学に基づいた健康管理，安全確保の点から認め難い又は限度を超えたような肉体的，精神的負荷を課すこと。

(例)

- ・長時間にわたって無意味な正座・直立等特定の姿勢の保持や反復行為をさせる。
- ・熱中症の発生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。
- ・相手の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。
- ・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。

ウ) 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，嫌がらせ等を行うこと。

エ) セクシャルハラスメントと判断される発言や行為を行うこと。

オ) 身体や容姿に係ること，人格否定的（人格等を侮辱したり否定したりするような）な発言を行うこと。

カ) 特定の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こと。

### ③ 負荷の大きな練習をさせるときには

- ・活動の目標によっては肉体的に大きな負荷を課したり，精神的負荷を与えた条件の下で練習させたりすることも想定される。そのような場合でも，指導者は，個々の生徒の健康，体力等の状況を事前に把握するとともに，練習中に声をかけて生徒の疲労や精神状態を把握するなど，細心の配慮をしながら指導することが大切になる。

## (4) 事故防止対策等

※部活動顧問は，部活動の指導において，生徒の安全・安心の確保を徹底する（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，女子指導に係る正しい理解等）。

### ① 活動中の事故・怪我への対応

- ・近年も運動部活動で頭頸部の事故，熱中症等が発生しており，怪我や事故を未然に防止し，安全な活動を実現するための学校全体としての万全の体制づくりが必要である。
- ・頭頸部の事故，熱中症の症状が発生した場合は，人命を第一に考え，迷わず救急車を要請する。
- ・生徒が意識不明に陥り，心肺停止が心配される場合は，迷わずAEDを使用する。そのため，学校においては，養護教諭に限らず，全教員が躊躇なくAEDの操作ができるようにAED講習会を年間予定に組み入れる。

### ② 健康管理

- ・生徒の健康面での安全を確保しながら活動するため，次の事項について



校内で情報を共有し、適切な指導が行われるよう留意すること。

ア) 健康観察による体調確認（顔色や表情等）

イ) 持病や障害等（循環器系，アレルギー等）

ウ) 健康診断結果や保健室利用状況等

※各学校（部活動）においては，年間を通して一律に同じ練習時間を設定するのではなく，猛暑日の多い夏期または寒冷で日暮れの早い冬期など，その季節の実情に合わせ，練習時間や練習内容を変更するなど生徒の健康管理に十分気を配ること。

### ③ 事故防止対策

・活動中の事故を防止するため，次の事項等に留意すること。

ア) 急激な気候変動（突風・竜巻・落雷・雹など）

イ) グラウンドの凹凸，体育館の床の留め具の破損など，施設面の瑕疵の有無の確認。

ウ) サッカー，バスケットボールのゴールなど器具の設置の安全確認。

エ) 竹刀，防具，バット，ラケット等の用具の破損等の有無の確認。

オ) 技術レベルや体格差による危険性を考慮した安全確認。

## 6 外部指導者の活用に関する事項

### (1) 部活動エキスパート，サポーターについて

#### ① 中学校等部活動エキスパート事業の目的，業務について

##### 【事業の目的】

新潟市立中学校及び中等教育学校前期課程の部活動において，専門的技術指導のできる部活動顧問や，部活動顧問の指導補助がないために部活動の運営や指導に困難をきたしている学校が，地域の指導者（以下，「エキスパート」という）・支援者（以下，「サポーター」という）を活用することにより，部活動の充実を図り，併せて地域の教育力を活かすことを目的とする。

##### 【業務】

エキスパート，サポーターは，学校で次に掲げる業務を行う。

ア) エキスパートは，学校の方針に基づく部活動計画により，部活動顧問との話し合いの上，生徒に技術指導を行う。また，部活動顧問の指導力の向上を図る。

イ) サポーターは，学校の方針に基づく部活動計画により，部活動顧問の指導補助及び生徒の安全指導・安全管理を行う。

#### ② エキスパート，サポーターの要件及び活用人数，回数

##### 【要件及び活用人数等】

学校に派遣するエキスパート，サポーターの要件及び活用人数等は，次のとおりとする。

ア) エキスパートは，専門的指導力を有する学校の教員以外の成人とし，活用人数は1中学校1名とする。ただし，運動部と文化部の両部で必要とする場合は1中学校2名を認める。

イ) サポーターは、部活動顧問の指導補助として生徒の活動を支援できる学校の教員以外の成人とし、活用人数は次のとおりとする。

1 中学校学級数,	6 学級まで	2 人まで
	1 2 学級まで	3 人まで
	1 3 学級以上	5 人まで

#### 【活用回数】

ア) エキスパートの活用回数は、週 1 回 2 時間程度、年間 3 2 回を限度とする。指導日については、学校がエキスパートと協議の上、決定する。

イ) サポーターの活用回数は学校がサポーターと協議の上、決定する。

### ③ エキスパートへの謝金、補償について等

#### 【エキスパートへの謝金】

ア) 金額については、1 回につき 2, 0 0 0 円

イ) 支給の時期	第 1 期 (承認日 ~ 7 月 3 1 日)	支給月	8 月
	第 2 期 (8 月 1 日 ~ 1 2 月 2 8 日)	支給月	1 月
	第 3 期 (1 月 4 日 ~ 3 月 3 1 日)	支給月	4 月

※ サポーターへの謝金の支給はない。

#### 【補償】

エキスパート、サポーターの傷害保険は、教育委員会で一括加入する。

## (2) 部活動指導員について

### ① 国による部活動指導員の制度化について

#### 【部活動指導員の制度化(2017. 4. 1)】

- ・ 中学校、高等学校等において、校長の監督を受け、部活動の技術指導や大会への引率等を行うことを職務とする「部活動指導員」を学校教育法施行規則に新たに規定した。

#### 【背景】

- ・ 運動部活動については、顧問のうち、保健体育以外の教員で担当している部活動の競技経験がない者が、中学校で約 4 6 %、高等学校で約 4 1 %となっている。( \* 1 )
- ・ 日本の中学校教員の勤務時間は参加国・地域中、最長となっている。( \* 2 )
- ・ 中学校教諭の部活動に係る 1 日当たりの勤務時間は、土日は 1 時間 4 分増加 (2006 年: 1 時間 6 分 → 2016 年: 2 時間 1 0 分)

\* 1 (公財) 日本体育協会「学校運動部活動指導者の実施に関する調査(2014年)」

\* 2 O E C D 「国際教員指導環境調査(TALIS 2013)」

#### 【部活動指導員の職務】

- ・ 技術指導、安全・障害予防に関する知識・技能の指導、学校外での活動(大会・練習試合等)の引率(\* 3)、用具・施設の点検・管理、部活動の管理運営(会計管理等)、保護者等への連絡、年間・月間指導計画の作成、生徒指導に係る対応、事故が発生した場合の現場対応

等。

- ・部活動顧問になることもできる。

\* 3 大会の主催者である中体連や高体連，高野連等において，関係規定の改正等を行う必要がある。

#### 【期待される効果】

ア) 教員の働き方改革

- ・部活動指導に係る時間を軽減し，教材研究や生徒との面談の時間確保
- ・経験のない競技などの指導による心理負担の軽減

イ) 部活動の質的な向上

- ・正しい理解に基づく，技術の向上
- ・生徒の能力に応じた適切な練習法の導入
- ・想定される事故・怪我の未然防止

#### 【部活動指導員配置促進事業】

- ・部活動指導員を配置する部活動に限らず中学校全体においても，部活動ガイドラインを遵守していること。
- ・同一の学校において同一の部活動への部活動指導員の配置は，最長3年間とすること。

### ② 新潟市における部活動指導員の活用について

#### 【活用回数】

- ・部活動指導員の活用回数は，年間515時間を限度とする。

(例：授業期間)

- ・平日 2時間×4回/週×40週
- ・週休日 3時間×1回/週×40週

(例：長期休業中)

- ・3時間×5回/週×5週

#### 【部活動指導員への謝金，補償】

ア) 金額については，1時間につき 1,600円

イ) 支給の時期 毎月

#### 【補償】

部活動指導員の傷害保険は，教育委員会で一括加入する。