

# 「小川中学校の運動部活動に係る活動方針」

平成31(2019)年4月

那珂川町立小川中学校

## 目次

本方針策定にあたって	1
1 適切な運営のための体制整備	1
(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	
2 運動部活動における安全管理の徹底	2
3 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) 運動部活動用指導手引の活用	
4 適切な休養日等の設定	3
5 地域との連携等	4
6 参加する大会等の見直し	4

＜本方針策定にあたって＞

- 本方針は、生徒にとって望ましいスポーツ環境を構築するという観点に立ち、運動部活動が以下の点を重視して、地域、学校、競技種目等に応じた多様な形で最適に実施することを旨とする。
- △知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む、「日本型学校教育」の意義を踏まえ、生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにする。
- △生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組む。
- △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。
- △運動部活動の実施に際しては生徒の安全を十分に確保する。

## 1 適切な運営のための体制整備

### (1) 運動部活動の方針の策定等

ア 町教育委員会の「運動部活動の方針」に則り、毎年度、「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定する。その際、学校評議員等を活用して幅広く意見を聴取し、理解と協力が得られるよう努める。

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）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し、校長に提出する。

イ 上記アの活動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。

### (2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 生徒や教師の数を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に運動部活動を実施できるよう、適正な数の運動部を設置する。

\*<sub>1</sub> 部活動指導員の任用・配置に当たっては、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の対応を迅速かつ適切に行うこと、生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないこと、服務（校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修を行う。

イ 運動部顧問の決定に当たっては、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、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体

制の構築を図る。

- ウ 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、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、適宜、指導・是正を行う。
- エ 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 文部科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成 30 年 2 月 9 日 付 29 文科初第 1437 号）」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

## 2 運動部活動における安全管理の徹底

- ア 運動部活動について、生徒の安全を第一に、運動部顧問及び外部指導者が安全に対する意識を高められるよう、日頃から活動中に起きた「ヒヤリ・ハット<sup>\*2</sup>」事例を集約し共有するなど安全対策を講じる。
  - イ 運動部顧問や外部指導者は、生徒はまだ自分の限界、心身への影響等について十分な知識や技能をもっていないことを前提として、計画的な活動により、各生徒の発達の段階、体力、習得状況等を把握し、無理のない練習となるよう留意するとともに、生徒の体調等の確認、関係の施設、設備、用具等の定期的な安全確認、事故が起こった場合の対処の仕方の確認、医療関係者等への連絡体制を整備する。  
また、生徒自身が、安全に関する知識や技能について、保健体育等の授業で習得した内容を活用、発展させ、新たに身に付け、積極的に自分や他人の安全を確保できるように指導する。
  - ウ 運動部活動中、運動部顧問は生徒の活動に立ち会い、直接指導することを原則とするが、やむを得ず直接練習に立ち会えない場合には、他の教員と連携、協力し、あらかじめ運動部顧問と生徒との間で約束された安全面に十分に留意した内容や方法で活動させ、部活動日誌等により活動内容を把握できるようにする。このためにも、運動部顧問は日頃から生徒が練習内容や方法、安全確保のための取組を考え、理解できるような指導を心掛ける。
  - エ 運動部顧問は、天候の急変などに備えあらかじめ代替案を準備し、活動時の気象情報を確認して、危険と判断される場合には、ためらうことなく計画の変更・中止等の適切な措置を講ずる。  
また、熱中症事故を予防するために、水分補給や健康観察を適切に実施する。特に高温・多湿時には、「熱中症予防情報サイト」（環境省のホームページ）や「熱中症予防運動指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、運動の実施を判断する。
- <sup>\*2</sup> 「1 件の重大な事故・災害の背後には、29 件の軽微な事故・災害があり、その背

景には 300 件の事故につながりかねない、いわゆる「ヒヤリ・ハット」事象がある」という労働災害に対する経験則の一つで「1:29:300 の法則」ともいわれている。アメリカの損害保険会社に勤務していたハーバート・ウィリアム・ハインリッヒが、1929 年に出版した論文の中で発表したことから「ハインリッヒの法則」と呼ばれている。

### 3 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 運動部顧問は、運動部活動の実施に当たっては、文部科学省が平成 25 年 5 月に作成した「運動部活動での指導のガイドライン」に則り、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）及び体罰・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取る必要があること、また、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。その上で、生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、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、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

また、専門的知見を有する保健体育担当の教師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) 運動部活動用指導手引の活用

ア 運動部顧問は、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行うために、中央競技団体が作成した指導手引を活用し指導を行う。

### 4 適切な休養日等の設定

ア 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\*<sub>3</sub>も踏まえ、以下を基準とする。

#### ① 休養日の設定

ア) 学期中は、週当たり 2 日以上 of 休養日を設ける。(平日は少なくとも 1 日、土曜日及び日曜日(以下「週末」という。)は少なくとも 1 日以上を休養日とする。

週末に大会参加等で休養日が確保できない場合は、休養日を他の日に振り替える。) )

イ) 長期休業中は、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動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（オフシーズン）を設ける。

ウ) 大会（中学校体育連盟主催）前において、基準どおりに休養日が確保できない場合には、その前後に代替の休養日を確保し、生徒の身体的な疲労などに留意することにより、長期間連続して活動することがないようにする。

## ② 活動時間

ア) 1日の活動時間は、長くとも平日では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。

イ) 朝練習を行う場合には、運動部顧問は季節や生徒の通学時間などを考慮しながら、目的を持って短時間で効果的に実施できる計画を立て、生徒の健康、学校生活や授業に支障のない範囲で実施する。

ウ) 練習試合等で基準の活動時間を超えて活動する場合には、生徒の健康管理に十分配慮し、1日のうちに休養時間を適切に設定するとともに、別の日の活動時間を減らすなど、週当たりの活動時間にも留意する。

\*<sub>3</sub> 「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」（平成29年12月18日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。

## 5 地域との連携等

ア 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。

## 6 参加する大会等の見直し

ア 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もあるが、大会等へ参加することは、日常活動の成果や課題を確認できるなど意義があることから、合同部活動等の参加の機会など柔軟に対応できるようにする。

イ 生徒の教育上の意義や、生徒や運動部顧問の負担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。