

**安全で充実した
運動部活動のための
ガイドライン**

千葉県教育庁教育振興部
体育課
平成30年6月改訂

目次

- 1 ガイドライン改訂の趣旨 P1
- 2 学校教育における位置付けと意義 P2
 - (1) 運動部活動の位置付け
 - (2) 運動部活動の意義
- 3 運動部活動の在り方に関する方針 P6
 - (1) 本方針の扱い
 - (2) 適切な運営のための体制整備
 - (3) 効果的な活動の推進
 - (4) 適切な休養日等の設定
 - (5) スポーツ環境の整備
- 4 学校及び顧問の役割 P12
 - (1) 活動方針の策定及び活動計画の作成
 - (2) 運営上の留意事項
 - (3) 保護者等との連携
 - (4) けがや事故の防止
- 5 おわりに P17

参考・引用文献

1 ガイドライン改訂の趣旨

子供たちが運動やスポーツに親しみ、豊かな学校生活を送るとともに、基本的な生活習慣を身に付けたり、また、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現につながる運動習慣を身に付けたりすることは、「生きる力」を育む上で重要なことです。中でも、運動部活動は、多くの生徒の心身における成長と豊かな学校生活の実現に大きな役割を果たし、様々な成果をもたらしてきました。また、スポーツは、人類が生み出した貴重な文化であり、障害の有無や年齢、男女の違いを超えて人々が運動の喜びを分かち合い、感動を共有し絆を深めることを可能にするものです。

しかしながら、変化の激しい今日の社会情勢の中、いじめや問題行動の発生、価値観が多様化した生徒や保護者への対応、少子化に伴う生徒や教員の減少等、部活動を取り巻く環境は複雑化し、地域や学校によっては存続の危機にもあります。また、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果、千葉県の運動部活動の時間は、全国の平均と比べて長い時間となっており、生徒のバランスのとれた生活と成長の確保の観点から、運動部活動の在り方に関して見直しをする必要があります。

平成30年3月には、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」を策定しました。このガイドラインにおいて、都道府県は、国のガイドラインに則り、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」を策定するよう示されたことから、県教育委員会として、千葉県の方針を策定し、県のガイドラインにそれを反映させ、改訂することとしました。

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息の取り方等、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ます。このように、教育委員会や学校が速やかに改革に取り組み、運動部活動を持続可能なものにするにより、千葉県の生徒が、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します。

2 学校教育における位置付けと意義

(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行われ、スポーツに興味と関心をもつ同好の生徒が顧問（教師や指導員）の指導のもと、自主的に組織され、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、豊かな学校生活を経験するためのものである。

学習指導要領等では、次のように規定されている。

●中学校学習指導要領（平成29年3月）【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。

●中学校学習指導要領解説 保健体育編（平成29年7月）【抜粋】

第3章 指導計画の作成と内容の取扱い

3 教育課程外の学校教育活動と教育課程との関連（第1章総則第5の1のウ）

部活動の指導及び運営等に当たっては、第1章総則第5の1ウに示された部活動の意義と留意点等を踏まえて行うことが重要である。

中学生の時期は、生徒自身の興味・関心に応じて、教育課程外の学校教育活動や地域の教育活動など、生徒による自主的・自発的な活動が多様化していく段階にある。少子化や核家族化が進む中であって、中学生が学校外の様々な活動に参加することは、ともすれば学校生活にとどまりがちな生徒の生活の場を地域社会に広げ、幅広い視野に立って自らのキャリア形成を考える機会となることも期待される。このような教育課程外の様々な教育活動を教育課程と関連付けることは、生徒が多様な学びや経験をする場や自らの興味・関心を深く追究する機会などの充実につながる。

特に、学校教育の一環として行われる部活動は、異年齢との交流の中で、生徒同士や教員と生徒等の人間関係の構築を図ったり、生徒自身が活動を通して自己肯定感を

高めたりするなど、その教育的意義が高いことも指摘されている。

そうした教育的意義が部活動の充実の中のみで図られるのではなく、例えば、運動部の活動において保健体育科の指導との関連を図り、競技を「すること」のみならず、「みる、支える、知る」といった視点からスポーツに関する科学的知見やスポーツとの多様な関わり方及びスポーツがもつ様々な良さを実感しながら、自己の適性等に応じて、生涯にわたるスポーツとの豊かな関わり方を学ぶなど、教育課程外で行われる部活動と教育課程内の活動との関連を図る中で、その教育効果が発揮されることが重要である。

このため、本項では生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動について、

- ① スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものであるとの意義があること、
- ② 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していく機会であることから、第2章以下に示す各教科等の目標及び内容との関係にも配慮しつつ、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、教育課程との関連が図られるよう留意すること、
- ③ 一定規模の地域単位で運営を支える体制を構築していくことが長期的には不可欠であることから、設置者等と連携しながら、学校や地域の実態に応じ、教員の勤務負担軽減の観点も考慮しつつ、部活動指導員等のスポーツや文化及び科学等にわたる指導者や地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育施設や地域のスポーツクラブといった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うこと、

をそれぞれ規定している。

各学校が部活動を実施するに当たっては、本項を踏まえ、生徒が参加しやすいように実施形態などを工夫するとともに、生徒の生活全体を見渡して休養日や活動時間を適切に設定するなど生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することが必要である。

(後略)

●高等学校学習指導要領（平成30年3月）【抜粋】

第1章 総則

第6款 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 各学科に共通する各教科

第6節 保健体育

第3款 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い

1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

(2) 第1章第1款の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。

(後略)

(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。
- 保健体育科等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組とあいまって、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。

具体的には、全職員の共通理解・協力体制のもと、次の点に配慮した運営に当たる。

- 職員会議等において、全職員が部活動の意義を理解するとともに、情報を共有し、学級担任と顧問や指導者、また、顧問同士が相互に理解・支援し合うなど、組織的に取り組むことが大切である。
- 部活動を通じた生徒理解に努めるとともに、発達段階に応じて、能力や適性を見極め、その都度、健康状態を確認した上で、個に応じた指導を心掛けることが大切である。
- 保護者や関係団体等との連携を図りながら部活動を活性化させるとともに、外部指導者や部活動指導員の積極的な活用等を通じて、地域に信頼される学校づくりを進めることが大切である。

また、留意点としては、大会等で勝つことのみを重視し過重な練習を強いることがないようにすること、健全な心と身体を培い豊かな人間性を育むためのバランスの取れた運営と指導をすることなどがあげられる。

<資料>「スポーツの意義と価値」 日本スポーツ協会スポーツ憲章 第1条

スポーツは、自発的な運動の楽しみを基調とする人類共通の文化である。生涯を通じて行われるスポーツは、豊かな生活と文化の向上に役立ち、人々にとって幸福を追求し健康で文化的な生活を営む上で不可欠なものである。

さらに、スポーツは、人々が自主的、自発的に行うことを通じて、望ましい社会の実現に貢献するという社会的価値を有する。

3 運動部活動の在り方に関する方針

(1) 本方針の扱い

本ガイドラインは、義務教育である中学校（義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程、特別支援学校中学部を含む。）段階を主な対象とする。

本ガイドラインの基本的な考え方は、学校の種類や学校の設置者の違いに関わらず該当するものであることから、高等学校段階の運動部活動についても原則として適用する。その際、中学校教育の基礎の上に、各学校の教育目標や教育課程における特色等に応じた多様な教育が行われている点に留意する。

また、小学校段階についても対象とするが、児童の心身の発達の程度にさらに配慮するものとする。

(2) 適切な運営のための体制整備

ア 方針の策定

市町村教育委員会や学校法人等の学校の設置者は、スポーツ庁から出された「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」に則り、本ガイドラインを参考に、「設置する学校に係る運動部活動の方針」を策定する。

校長は、学校の設置者の「設置する学校に係る運動部活動の方針」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）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。校長は、「学校の運動部活動に係る活動方針」及び各運動部活動の活動計画等を公表する。「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。

イ 指導体制の構築

学校の設置者は、各学校の実態に応じて、部活動指導員を積極的に任用し、学校に配置できるよう努めるものとする。部活動指導員の配置に当たっては、指導する種目に係る専門的な知識・技能のみならず、学校教育に関する十分な理解を有する者を基本とする。また、生徒の発達段

階に応じた科学的な指導や安全面での指導等、部活動指導員の職務能力の向上に関する事、守秘義務、体罰を絶対にしないこと等、サービスの遵守に関する事などの研修を実施するものとする。

校長は、運動部顧問の決定に当たり、学校の校務全体が効率的・効果的に実施されるよう、教師の他の分掌や経験等を考慮して行う。また、必要に応じて、教師や生徒の数、施設面等を鑑みて、運動部の数が適正であるか検討をする。

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、生徒が安全にスポーツ活動を行うことができるようにするとともに、各種通知を踏まえ、教員の勤務時間管理等を行いながら教員の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

<資料>各種通知

1. 「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
2. 「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日付け29文科初第1437号
3. 「学校教育法施行規則の一部を改正する省令の施行について」平成29年3月14日付け28ス庁第704号

(3) 効果的な活動の推進

ア 適切な指導

校長及び運動部顧問は、「運動部活動での指導のガイドライン」（平成25年文部科学省）や「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）、本ガイドラインに則り、生徒の心身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。

運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地から、トレーニング効果を高めるためには、休養を適切に取る必要があることや、過度の練習はスポーツ障害や外傷のリスクを高めてしまうこと等を正しく理解する。

また、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、生徒との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

となく活動を続けていけるよう留意する。さらに、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、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身に付けることは重要である。

運動部顧問は、スポーツにおける中央競技団体等の示す運動部活動における指導の手引等を参考にして、1日2時間程度の合理的でかつ効率的・効果的な練習が行えるよう努める。

<資料>スポーツ医・科学関係機関の提言

1. 国際オリンピック委員会(2008年)

『エリートジュニアアスリートに対する声明』

ジュニアアスリートの育成に関して、保護者やコーチ等の関係者は、適切な栄養、十分な睡眠、学業、心身の健康と社会活動への参加等を含めた、バランスの良いライフサイクルで過ごすことができるようにすること、練習量を制限し、楽しく満足して活動できるようにすること等を提言している。

2. 米国小児科学会(2007年)

『ジュニアアスリートにおけるスポーツ障害、オーバートレーニングとバーンアウトについて』

ジュニアアスリートの心身の回復という観点からは、少なくとも週に1、2日はスポーツ活動を全く行わない休養日を設けること等を提言している。

3. 全米アスレティックトレーナーズ協会(2011年)

『ジュニア期のスポーツ障害予防に関する声明』

少なくとも週に1、2日は休養日を設けること等を提言している。

4. アメリカ臨床スポーツ医学会(2014年)

『ジュニア期のスポーツ障害とバーンアウトに関する声明』

16時間/週以上のトレーニングを行うと、医療ケアを必要とするスポーツ障害のリスクが高まることに留意すべきであること等を提言している。

イ 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、生徒の人格を傷つける言動や体罰を厳しい指導として正当

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生徒の人格や尊厳を不当に傷つけないよう併せて配慮する。

<資料>「体罰根絶宣言」H25.3.12

スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神の涵養などのために行われるものであり、世界共通の人類の文化であります。

子どもたちにとって、体育・スポーツは、体力の向上や健康の増進にも極めて効果的な活動です。

その過程において、体罰によって指導することは、決してあってはならないことです。

体罰は、法律で禁止されており、人権尊重の精神に反するとともに、子どもたちに力による解決への志向を助長するだけです。

私たちは、力を結集して、千葉県から体罰の根絶を宣言します。

「私たちは、体罰をしません。」

「私たちは、体罰をさせません。」

「私たちは、体罰を見逃しません。」

千葉県教育委員会、千葉県高等学校体育連盟、(一財)千葉県高等学校野球連盟、千葉県小中学校体育連盟、千葉県特別支援学校体育連盟、(公財)千葉県体育協会

(4) 適切な休養日等の設定

ア 適切な活動時間等

運動部活動は、様々な教育的価値があり人間形成に大きく役立つものであるが、適切な休養を伴わない行き過ぎた活動は、教員、生徒ともに無理や弊害を生むという指摘もある。また、生徒の多様な体験の充実や心身の健全な成長を促進するという観点からも、部活動の適正化が必要である。

そこで、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も踏まえ、以下の基準を定める。

●適切な活動時間

長くとも、平日の練習時間は2時間程度とし、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）を含む学校の休業日は3時間程度とする。

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。

●休養日の設定

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、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。

イ 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。

(5) スポーツ環境の整備

ア 生徒のニーズを踏まえた環境

価値観の多様化した現代において、競技力向上を目指す者、楽しみながら体力向上を考える者、趣味としてとらえる者等、生徒や保護者の運動・スポーツに関するニーズは多様である。このような中、より多くの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、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活動も考えられる。

学校の設置者及び校長は、少子化に伴い、単一の学校では特定の競技の部活動を設けることができない場合には、スポーツの機会が損なわれることがないように、複数校の生徒による合同部活動等の取組も考えていく必要がある。

イ 地域との連携

学校の設置者は、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、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団、体育協会や競技団体等との連携を密にし、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の整備を進める。また、各校がスポーツに関する専門的な指導を受けられるよう、部活動指導員のみならず、専門的な指導力を備えた地域の外部人材を派遣する外部指導者の活用も進める。

これらの取組を進めることで、学校と地域・保護者が協力して、生徒の健全な成長のための教育やスポーツ環境の充実を支援するといった体制が構築されるよう努める。

ウ 参加する大会等の見直し

校長は、運動部が参加する大会等を把握し、週末等に開催される様々な大会に参加することが、生徒や運動部顧問の過度な負担とならないよう参加する大会等を精査する。

4 学校及び顧問の役割

(1) 活動方針の策定及び活動計画の作成

ア 活動方針の策定

活動方針の策定に当たっては、学校の教育目標を踏まえた上で、生徒が生涯にわたってスポーツに親しむ基礎を育むこと、発達の段階に応じバランスのとれた心身の成長を促すことに十分留意することが必要である。

イ 活動計画の作成

顧問による活動計画の作成に当たっては、部活動は生徒の自主的、自発的な参加によるものであるとはいえ、学校教育の一環として行われるものなので、学校の教育目標や指導方針に沿って行うことが必要である。

また、生徒には、スポーツの技能を高めたい、一定のペースでスポーツに親しみたい、信頼できる友人を見つけたいなど様々な目的や目標があるので、指導者としての一方的な方針により部活動を運営するのではなく、生徒との意見交換等を通じて生徒のニーズ・意見を把握し、生徒の主体性を尊重しつつ、それに沿った活動計画を作成することが必要である。その際、長期的な期間や各学年等での練習内容とねらい、必要経費等を明確にし、入部の時や保護者会などの場を活用して生徒や保護者に説明し理解を得ることが重要である。加えて、年間を見通した活動日や参加予定大会日程等を明記することと併せ、月毎に、活動日又は休養日がわかる計画及びその実績を作成し、校長に提出することとする。校長はこれらの活動計画等を公表する。

なお、大会の結果や日々の活動を通して生徒等の意見を把握する中で、適宜、目標や計画を見直していくことも大切である。

(2) 運営上の留意事項

ア 指導上の配慮

顧問は、生徒自らが意欲をもって取り組むことができるよう、雰囲気づくりや心理面での指導の工夫が必要である。生徒の良いところを見付

けて伸ばしていく肯定的な指導や叱ること等を場面に応じて適切に行っていくことが望まれる。顧問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。また、活動目標によっては、生徒に大きな肉体的負荷を課したり精神的負荷を与えた条件のもとでの練習が想定されるが、生徒の疲労状況や精神状況をしっかりと把握することが重要である。キャプテン等一人の生徒に過剰な負担がかからないようにすることも必要である。

イ いじめ等の防止

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、目的や技能が様々であることなどの特色をもっている。顧問は、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意識の育成、生徒への目配り等により、上級生による暴力行為等の発生の防止を含めた適切な集団づくりが求められる。特に、いじめについては、決して行ってはならないという強い認識のもと、学級担任や養護教諭等との連携を含め、様々な角度から生徒の姿を把握することが必要である。

ウ 会計の取扱

物品の購入や大会等への参加費の徴収など金銭に関わることについては、事前に校長の許可を得るとともに、会計報告等の作成により保護者への説明を丁寧に行う必要がある。また、領収書等の保管についても、学校としてルールを設け、適切に対応することにより、説明責任を果たせるようにする。

(3) 保護者等との連携

ア 保護者の理解

部活動の指導対象は生徒であるが、保護者の理解・協力は欠かせない。生徒の考えが様々であるように、保護者にも様々な考えがあり、また、生徒とその保護者の考えが必ずしも同一とは限らない。部活動を運営するに当たり、年度当初の保護者会だけでなく、機会を捉えて、保護者や地域の意見を聞いたり、顧問の考えを伝える場を設けるなどし、保護者や地域の理解を得ることは大変重要である。この意思の疎通が、保護者

や地域の部活動に対する応援にもつながり、指導の効果を一層高めることにもなる。

イ 保護者への協力依頼

大会の応援や引退時の行事などにおいて、保護者の協力を求めることも考えられるが、仕事や家庭の理由などにより都合の付かない保護者も存在することから、過度な協力要請にならないよう十分な配慮が必要である。

保護者との連携を深める方策

- 年間計画や練習計画(練習試合を含む)の案内
- 大会結果等、活動状況の報告
- 遠征や物品の購入等、必要経費の説明【必須】
- 保護者会等の開催
- 負傷や疾病時の対応方法の説明

(4) けがや事故の防止

ア 発達段階に応じた指導

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、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、各生徒の発達段階や体力、技術の習得状況等を把握し、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、体調等に優れない場合は、顧問に申告できる雰囲気づくりが必要となってくる。近年の温暖化による熱中症への対応は、十分な知識と正確な対応が必要である。

<資料>「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

近年、学校の管理下において児童生徒等の熱中症による死亡事故が発生しております。

学校の管理下における熱中症は、大半が体育・スポーツ活動によるものですが、それ以外でも発生しています。特に、高温環境下の夏の屋外、気温・湿度の高い体育館等における運動や部活動の際に多く発症しています。

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ます。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す。

○水分を補給しないと脱水症状となり、体温調節や運動能力が低下します。こまめに水分を補給しましょう。

○熱中症の事故は、梅雨明けなどの急に暑くなり、体が暑さに慣れていないときに多く発生する傾向にあります。暑さに慣れるまでは(1週間程度)、短時間で軽めの運動から始め、徐々に慣らしていきましょう。

イ ルールの徹底

生徒一人一人に安全に関する知識や技能を身に付けさせ、生徒自身が積極的に自分や仲間の安全を守れるようにすることが望ましい。事故防止のために種目の特性に合わせて練習中や活動中に守るべきルールを定め、年度当初に全部員に周知するとともに、機会を捉えて繰り返し確認をすることにより、徹底を図ることが必要である。また、必要に応じて、掲示物を作成して示したり、保護者等に対しても協力を依頼したりすることも考えられる。

学校外で活動をしたり、大会等で学校外の場所へ移動する際の安全指導は、あらかじめ部員全員に徹底する。学校外で活動する際、顧問もしくは代わりに責任を持てる者がつき、生徒だけで活動することがないようにする。また、活動場所の安全点検や時間帯・人数・運動量等に配慮する。大会等で学校外の場所へ移動する際、顧問等の引率責任者がつくことを基本とする。特に、公共交通機関を利用する際のマナー等については、日頃から指導しておくことが望ましい。

ウ 施設・設備の点検

施設や設備の定期的な安全点検は法律で義務付けられているが、日常的な安全の確認や点検こそ望まれる。部として施設や用具を大切にすることを高め、小さな不備も見落とさない視点を養成することが大切である。顧問として、施設・設備や用具の管理には万全を期す。万一、施設・器具に不備や顧問の指導に瑕疵があつてけがや事故が起きた場合の責任は、大変大きいものがある。事故の状況によつても、その責任の重さや内容は変わってくるが、民事上の責任、刑事上の責任、行政上の責任、そして賠償責任が問われる場合もあることをあらかじめ知っておくことが望ましい。

エ 校内体制の整備

けが人や病人、また、不測の事態に備え、校内の緊急体制を整えておくことが必要である。けが人や病人の発生から手当てや管理職への報告、医療機関や保護者へ連絡、記録の保存等、校内体制の整備と職員間の共通理解を図る。生命に関わる点でもあるので、年度当初の早い時期に確認をするとともに、定期的にマニュアル等の見直しをすることも大切である。特に、AEDを含む応急処置などの対応を正確に行えるようにすることが重要である。

通常、運動部活動は顧問が直接指導に当たるが、他の校務などで、活動場所に顧問が付いてもらえない場合もある。こうした場合の活動の在り方については、校内でルールを定め、全職員で共通理解を図りながら、他の職員との連携のもと、練習内容を工夫するなどして適切な指導を行うことが必要である。

顧問不在時の留意点

- 日頃から安全指導や安全管理の徹底を図るとともに、直前にも確認を行い、安全に関する明確な指示をする。
- 複数の顧問間による連携や他の運動部活動顧問への監督依頼など、顧問間の支援体制を整える。
- 練習内容を安全性の高いものに変更したり、運動量を思い切って軽減するなど、練習内容を工夫する。
- 手立てのとれない場合は原則として活動を休止する。

5 おわりに

本ガイドラインは、生徒の立場に立ち、スポーツに積極的に取り組みながら学校外の生活においても多様な経験をすることができるよう、また、成長期にある生徒がスポーツ障害を予防しバランスのとれた生活を送ることができるよう、さらには、運動部活動でバーンアウトすることなく生涯にわたって豊かなスポーツライフを送ることができるよう、運動部活動の望ましい在り方について必要なことを定めたものです。

本ガイドラインをもとに、教育委員会や関係機関、学校、生徒や保護者、また、関係団体や地域等が知恵を出し合い、運動部活動に対する意識を変えながら、持続可能な部活動の体制を構築していく必要があります。長期的には、学校単位の部活動から、地域単位の部活動も視野に入れた体制づくりが考えられます。このような中、各学校においては、各学校の実態に応じて、効率的で効果的な部活動指導が行われるよう工夫を凝らし、指導者の資質向上も図りながら、生徒にとって適切な運動部活動の運営になるよう努めてほしいと思います。

参考・引用文献

- 「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
- 「運動部活動での指導のガイドライン」
平成25年5月 文部科学省
- 「運動部活動の現状について」
平成29年5月 スポーツ庁
- 「学校現場における業務改善のためのガイドライン」
平成27年7月 文部科学省
- 「学校事故対応に関する指針」
平成28年3月 文部科学省
- 「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（文献研究）」
平成29年12月 公益財団法人日本体育協会
- 「スポーツ指導者のための倫理ガイドライン」
平成30年5月 公益財団法人日本スポーツ協会
- 「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」
文部科学省・独立行政法人日本スポーツ振興センター

「安全で充実した運動部活動のためのガイドライン」

平成20年7月策定

平成24年2月一部改訂

平成30年6月改訂

部活動の活動方針

千葉県立

学校

校長名

教育目標	<ul style="list-style-type: none">・学校教育目標・学校教育目標と部活動との関連、また、部活動の教育的意義等
部活動の基本方針	<ul style="list-style-type: none">・県のガイドラインを受けて各学校で作成する「学校の運動部活動に係る活動方針」・記載例としては、次のようなものが考えられる。<ul style="list-style-type: none">①適切な指導<ul style="list-style-type: none">科学的なトレーニングや合理的な指導方法、試合期とオフシーズンの練習、自主性・自律性を尊重した指導、体罰・ハラスメントの根絶等②適切な活動時間<ul style="list-style-type: none">効率的な指導を行うための練習時間、試験前など学業への配慮、休養日の設定等③事故防止<ul style="list-style-type: none">日々の安全指導、施設・設備の点検、生徒の健康管理や熱中症等の防止、校外での活動時における安全等④その他<ul style="list-style-type: none">保護者との連携、他校合同チーム、地域貢献活動等

各部の活動方針

部

顧問名

目 標	部としての年間目標
方 針	部としての基本方針
年間計画	参加予定の大会名や日時、場所等

月の活動計画

部

日	曜	時 間	予 定	備 考
1		: ~ :	※参加予定の大会名等	※学校外の場合は会場
2		: ~ :		
3		: ~ :		
4		: ~ :		
5		: ~ :		
6		: ~ :		
~~~~~				
27		: ~ :		
28		: ~ :		
29		: ~ :		
30		: ~ :		
31		: ~ :		

平成 年 月 日

顧問名 印

校 長

# 月の活動実績

部

日	曜	時間	実績	備考
1		(例) 3 h ※休養日は「0」 ※時間は生徒の 活動時間とする。	(例) 練習 ※参加した大会名や結果等	※けが人の有無等
2				
3				
4				
5				
6				
~~~~~				
27				
28				
29				
30				
31				

平成 年 月 日

顧問名 印

校長

運動部活動チェックファイブ

1 適切な活動計画等を作成しているか

- 部活動の活動方針の作成
- 月間の活動計画（大会予定や休養日設定を含む）の作成
- 練習計画等の生徒への周知と理解
- 練習環境や気象状況等を考慮した練習内容への配慮
- 管理職への活動実績（大会結果や休養日を含む）の報告

2 生徒の健康状態や体力・技能等を把握しているか

- 当日の健康状態の把握
- 体力・技能レベルや負傷・障害等の状況の把握
- 性格，意欲等の把握

3 練習場所や用具・器具の安全点検と安全指導を行っているか

- 施設や用具・器具の安全点検
- 活動に伴う事故防止・安全指導
- 校外へ移動する場合の安全指導

4 緊急時の連絡体制は確立されているか

- 緊急時対応マニュアルの作成
- 関係機関との連携と協力体制の確立
- 緊急時の連絡方法・手段の確立

5 保護者との連携はとれているか

- 活動方針の理解
- 活動計画（練習内容）の周知
- 大会や校外での活動時の日時・場所等の周知