

# 運動部活動の方針

平成30年10月

海田町立海田西中学校

## 【目次】

本方針策定の趣旨等	… 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 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組	… 2
(1) 適切な指導の実施	
(2) 運動部活動用指導手引の活用	
3 適切な休養日等の設定	… 3
(1) 休養日及び活動時間の基準	
(2) 休養日及び活動時間の設定	
4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備	… 4
(1) 生徒のニーズを踏まえた運動部の設置	
(2) 地域との連携等	
5 学校単位で参加する大会等の見直し	… 5
(1) 参加する大会数の上限	
(2) 参加する大会等の精査	

## 本方針策定の趣旨等

本方針は、義務教育である中学校段階の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されることを目指す。

- 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こと
- 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・効果的に取り組むこと
- 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こと

## 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 校長は毎年度、「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定する。

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）を作成し校長に出す。

イ 校長は、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 校長は、生徒や教師の数、外部人材の活用状況を踏まえ、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。

イ 校長は、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、外部人材の活用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 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、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 校長は、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日付け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 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 校長及び運動部顧問は、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とともに、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

運動部顧問は、中央競技団体が作成する指導手引を活用して、適切な指導を行う。

# 3 適切な休養日等の設定

## (1) 休養日及び活動時間の基準

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 ※1 も踏まえ、以下を基準とする。

### ア 休養日

#### ■ 学期中

週当たり2日以上 of 休養日を設けることを原則とする。

なお、平日は定時退校日と併せて少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）

は少なくとも1日以上を休養日とし、週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。

#### ■ 長期休業中

学期中に準じた扱いを行う。ただし、部活動を教師の正規の勤務時間内に行うことにより、部活動を行った日においても教師の定時退校が可能であることから、部活動単位で設定することも可能とする。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。

### イ 活動時間

1日の活動時間は、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。

## (2) 休養日及び活動時間の設定

校長は、1(1)に掲げる「学校の運動部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、3(1)の基準を踏まえるとともに、本方針に則り、各運動部の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各運動部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。

※1 「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。

# 4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備

## (1) 生徒のニーズを踏まえた運動部活動

校長は、生徒の1週間の総運動時間が男女ともに二極化の状況にあり、特に、中学生女子の約2割が60分未満であること ※2，また、生徒の運動・スポーツに関するニーズは、競技力の向上以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等多様である ※3 中で、現在の運動部活動が、女子や障害のある生徒等も含めて生徒の潜在的なスポーツニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、運動部活動の中に、生徒が楽しく体を動かす習慣の形成に向けた動機付けとなる活動が取り入れられるよう活動の工夫を促す。

具体的な例としては、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が考えられる。

## (2) 地域との連携等

ア 校長は、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、地域のスポーツ団体との連携、保護者の理解と協力等による、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。

イ 校長は、学校と地域・保護者が共に子供の健全な成長のための教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーという考え方の下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

※2 スポーツ庁「平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（平成30年2月公表）では、保健体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分未満である中学校2年生女子の割合は19.4%で、このうち、0分の割合は13.6%であった。

※3 スポーツ庁「平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（平成30年2月公表）では、運動部や地域のスポーツクラブに所属していない、又は、文化部に所属していると答えた中学校2年生が運動部活動に参加する条件は、「好きな、興味のある運動やスポーツを行うことができる（男子42.9%・女子59.1%）」、「友達と楽しめる（男子42.7%・女子60.4%）」、「自分のペースで行うことができる（男子44.4%・女子53.8%）」が上位であった。

## 5 学校単位で参加する大会等の見直し

### (1) 参加する大会数の上限

各学校の運動部が参加する大会数の上限は、以下を目安とする。

各学校の運動部が参加する大会は、学校体育団体の主催若しくは共催する大会とする。

それ以外の大会への参加については、スポーツ庁が示した「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」の趣旨を踏まえ、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、実態に応じて各学校において定めることとする。

### (2) 参加する大会等の精査

校長は、上記の目安等を踏まえ、参加する大会等を精査する。