

昭島市立拝島中学校における部活動の方針

昭島市立拝島中学校
校長 相部 公太郎

本校では、スポーツ庁のガイドラインや都の方針、並びに昭島市教育委員会の「部活動の在り方に関する方針」を踏まえ、「拝島中学校部活動における部活動の方針」を策定しました。

本方針は、拝島中学校における部活動を対象とし、生徒にとって望ましいスポーツ環境、文化・科学・芸術環境を構築するという観点に立ち、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目指します。

【部活動の概念】

部活動とは、学校教育の一環として、教育課程との関連を図り、校長が認めた指導者（顧問）のもと、生徒の自主的、自発的な参加により、主に授業後や休日等に行われる課外活動である。部活動は学校が設置するものであることから、顧問と生徒が共に信頼し合い、共通の目標の下に、活動するものである。部活動は、スポーツ・文化・科学・芸術等に興味・関心をもつ同好の生徒が、学級・学年を越えて組織し、一定のペースでスポーツに親しんだり、信頼できる友達を見付けたり、部員同士の切磋琢磨や自己の能力に応じてより高い水準の知識・技能や記録等を追究したりするなどの活動を通して、豊かな学校生活を自ら創造する活動である。同時に部活動は、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり、学習意欲の向上、責任感、連帯感、自己の確立、思いやり、自主性や社会性などを育て、豊かな人間形成や生涯学習の基礎づくり、また、個性・能力の伸長や体力の向上・健康の増進などに対して効果的な活動である。

しかし、今日において、社会・経済の変化等により、教育等に関わる課題が複雑化・多様化し、学校や教員だけでは解決することができない課題が増えている。部活動においても、従前と同様の運営体制では、維持は難しくなっており、学校や地域によって存続の危機もある。本校においても、部活動の在り方に関し、合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進に向けた抜本的な改革に取り組む必要がある。

【基本方針策定の趣旨等】

本方針は、生徒にとって望ましいスポーツ、文化芸術環境を構築するという観点に立ち、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、運動部活動においては、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。
- ・ 文化部活動においては、生涯にわたって学び、文化芸術等の活動に親しみ、多様な表現や鑑賞の活動を通して、豊かな心や創造性の涵養を目指した教育の充実に努めるとともに、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とし、各学校においては、生徒の自主性・自発性を尊重し、部活動への参加を義務付けたり、活動を強制したりすることがないよう、留意すること。
- ・ 学校全体として教職員の負担軽減を図る趣旨を踏まえ、部活動の指導・運営に係る体制を構築すること。

1 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

- ① 部活動の実施に当たっては、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）を徹底し、体罰・ハラスメントを根絶する。特に、運動部活動においては、文部科学省が作成した「運動部活動での指導のガイドライン」にのっとった指導を行う。
- ② 運動部顧問、部活動指導員及び部活動指導補助員は、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、競技種目の特性等を踏まえた効率的・効果的なトレーニングの積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。
- ③ 文化部活動の顧問、部活動指導員及び部活動指導補助員は、生徒のバランスの取れた健全な成長の確保の観点から休養等を適切に取る必要があること、また、過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うこと等を正しく理解し、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的な練習・活動の積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

④ 部活動顧問、部活動指導員及び部活動指導補助員は、生徒の運動・文化芸術等の能力向上や、生涯を通じてスポーツ・文化芸術等に親しむ基礎を培うとともに、生徒がバーンアウトすることなく、技能の向上や大会等での好成績等それぞれの目標を達成できるよう、生徒とコミュニケーションを十分図った上で指導を行う。その際、専門的知見を有する保健体育担当の教員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。

⑤ 校長、部活動顧問、部活動指導員及び部活動指導補助員は、「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（公益財団法人日本体育協会）等を踏まえ、熱中症は未然に防止できることや、生徒の健康や生命に甚大な影響を与えることを十分に認識した上で指導を行う。また、「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、生徒の健康管理を適宜適切に行い、天候・気温、活動内容・場所等の状況により、無理に活動せず自粛するなどの適切な判断をする。活動する場合には、活動量・内容・時間・場所等を変更するなど柔軟に対応するとともに、水分補給や休憩を励行し、適切に対策を講じる。

（２）部活動用指導手引の活用

① 部活動顧問、部活動指導員及び部活動指導補助員は、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に、中央競技団体又は学校部活動に関わる各分野の関係団体等が作成した指導手引を活用して、２（１）に基づく指導を行う。

2 適切な休養日等の設定

- (1) 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も踏まえ、以下を基準とする。

【休養日】

- ・ 学期中は、週当たり2日以上休養日を設定する。(平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える。)
- ・ 長期休業中の休養日の設定についても、「1」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、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)を設定する。また、学校閉庁日には原則として部活動は実施しない。

【活動時間】

- ・ 1日の活動時間は、長とも学期中の平日では2時間程度、週休日(祝日等を含む)及び長期休業中は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。

文化部活動における休養日及び活動時間についても、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、学校部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、同様とする。

- (2) 校長は、1(1)に掲げる「学校の部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、上記の基準を踏まえ、昭島市教育委員会が策定した方針にのっとり、各部活動の休養日及び活動時間を設定し、公表する。また、各部活動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。

3 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえた部活動の設置

- ① 学校の指導体制等に応じて、性別や障害の有無を問わず、技能等の向上や大会等で好成績を収めること以外にも、生徒一人ひとりの心の成長を推進できる環境を整備する。
- ② 部員数減少に伴い、特定の部活動の存続が困難な場合や、部活動指導員や部活動指導補助員が配置できず、指導を望む教員もいない場合には、昭島市教育委員会と連携し、当面、複数校の生徒が拠点校の部活動に参加する等、合同部活動等の取組を検討する。
- ③ 運動、歌や楽器、絵を描くことなどが苦手な生徒や障害のある生徒が参加しやすいよう、スポー

ツ・文化芸術等に親しむことを重視し、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることや、過度な負担とならないよう活動時間を短くするなどの工夫や配慮をする。

- ④ 部活動は生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであることを踏まえ、生徒の意思に反して強制的に加入させることがないようにするとともに、その活動日数や活動時間を見直し、生徒が希望すれば、特定の種目・部門だけでなく、スポーツ・文化芸術や科学分野の活動や地域での活動も含めて、様々な活動を同時に経験できるよう配慮する。

4 大会参加への在り方の見直し

(1) 大会等への参加に係る体制の整備

- ① 大会の主催者は、学校部活動における大会等の引率は原則として部活動指導員や部活動指導補助員が単独で担うことや、部活動指導補助員や地域のボランティア等の協力を得るなどして、生徒の安全確保等に留意しつつ、できるだけ教員が引率しない体制を整える旨を、大会等の規定に従い運用する。

- ② 校長、部活動顧問、部活動指導員及び部活動指導補助員は、生徒の教育上の意義や、生徒や指導者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。