

**気仙沼市 部活動での指導ガイドライン（抄）**  
平成30年10月 気仙沼市教育委員会

## 1 適切な休養日等の設定

### （1）適切な休養日及び活動時間等の基準

#### 【基本的な考え方】

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り、学習・部活動などの学校生活と、学校外の活動とを併せて充実したものとすることができるよう、部活動の休養日等について具体的な基準を設ける。

#### 【具体的な基準】

#### ① 学期中の休養日の設定

- ・ 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活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。

#### ② 長期休業中の休養日の設定

- ・ 学期中の休養日の設定に準じた扱いを行う。
- ・ また、生徒が十分な休養をと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）を設ける。

#### ③ 1日の活動時間（※移動時間等を含まない実質の活動時間とする。）

- ・ 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。

#### ④ 朝練習

- ・ 朝練習については、原則禁止とする。
- ・ ただし、校長が、大会やコンクール等の前など特別な事情があると認める場合のみ限定的に朝練習を行うことができるものとするが、その場合も学習が始まる前の時間帯であることを考慮した内容や強度となるよう計画する。

### ※「ハイシーズン」の設定

- ・ 年間を通して様々な大会があるが、中学校総合体育大会や新人大会、東北大会・全国大会、各種コンクールなど目標とする大会で力を発揮するためには技能を強化する時期が必要であり、上記の基準だけでは生徒・保護者のニーズに応えられない現状がある。
- ・ したがって、このような時期は「ハイシーズン」として活動日を増やし、その分、それ以外の時期に休養日を十分に確保し、生徒の身体的な疲労の蓄積やバーンアウト（燃え尽き）を防止するとともに、部活動に対する意欲の維持、向上に努めることが大切である。
- ・ その際には、恒常的にハイシーズンとならないように、生徒の教育上の意義、生徒及び顧問の負担軽減の観点から、参加する大会、コンクール等を精査する。

### （2）教育委員会及び校長による「部活動の方針」の策定

- 教育委員会は、国のガイドラインに則り、県のガイドラインを参考に、部活動の休養日の設定及び活動時間、その他適切な部活動の取組に関する「市立学校に係る部活動の方針」を策定した。

- 校長は、教育委員会の方針に則り、毎年度、部活動における休養日及び活動時間等の設定を含む「学校の部活動に係る活動方針」を策定し、活動方針及び活動計画等を保護者や地域等へ公表する。
- なお、休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、運動部共通、文化部共通、学校全体、市共通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ことも考えられる。

### (3) 顧問による活動計画の作成

- 学校は「学校の部活動に係る活動方針」を踏まえ、年間を見通した活動計画を作成して休養日を確保するとともに、保護者、運動部活動外部指導者や部活動指導員等（※）に説明し、理解を求める。  
     ※ 部活動指導員は、学校教育法施行規則第78条の2に基づくもの
- 活動計画を作成するにあたっては、効果的・効率的な活動となるよう内容を精選するとともに、学校行事や学習への影響を考慮する。
- 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。
  - 休養日の設定日数を確認する際には、5ページを参考に設定
  - 月間計画は、6ページを参考に作成  
 （様式は、スポーツ健康課のホームページからダウンロード可）

### (4) 教職員のワーク・ライフ・バランスの実現に向けて

- 教育委員会及び校長は、教師の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。
- 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部の活動内容を把握し、生徒が安全に活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、適宜、応じて指導・是正を行う。

## 2 指導・運営に係る体制の構築

### (1) 指導体制の構築

- 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、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部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置するよう努める。
- 校長は、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。

## (2) 研修の充実

- 教育委員会は、学校の管理職を対象とする部活動の適切な運営に係る実効性の確保を図るための研修等の取組を行う。
- 校長は、顧問を対象とする指導に係る知識及び実技の質の向上を図るための研修等の取組を行う。
- 校長は、運動部活動外部指導者の任用・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等についての研修を行う。
- 部活動指導員の任用・配置を行う場合は、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。

## 3 今後の研究事項

部活動に係る運営体制の構築、大会等の見直し等について研究を進めていく必要がある。

### (1) 生徒のニーズを踏まえた部活動の設置

- 校長は、より多くの生徒の運動機会の創出のため、例えば、季節ごとに異なる競技種目を行う活動、競技志向でなくレクリエーションとして行う活動、体力づくりを目的とした活動等、生徒のニーズ等を踏まえた部の設置について研究する。
- 少子化に伴い、単一の学校では特定の競技種目の部を設けることが難しい状況が生じていることから、拠点校による合同部活動等の取組について研究する。

### (2) 関係団体との連携

- 教育委員会は、地域の体育協会、競技団体及びその他のスポーツ団体は、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団等の生徒が所属する地域のスポーツ団体等と連携し、学校と地域が協働・融合した形での地域の文化・スポーツ環境の充実を推進する。

### (3) 地域との連携等

- 教育委員会及び校長は、生徒の活動環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域の文化・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文化・スポーツ環境整備を進める。

## 〈資料〉

「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]

URL:[http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/shingi/013\\_index/toushin/1402678.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/013_index/toushin/1402678.htm)

