

白河市立中学校部活動の在り方に関する方針

1 本方針策定の趣旨等

中学校における部活動は、共通の興味・関心を持つ生徒たちの自主的・自発的な参加により行われるもので、スポーツや文化及び科学等に親しむ中で個性の伸長を図るとともに、自主性や協調性、責任感、連帯感などが養われる教育的意義の高い活動である。また、学校教育の一環として、教育課程との関連を図りながら行われなければならない。

このように教育的価値の高い部活動等の在り方について、白河市教育委員会において方針を策定するものである。

なお、本方針は、運動部活動と文化部活動の区別をするものではない。また、小学校特設課外活動においてもこれを準用する。

I 学校教育における部活動の位置付けと意義

1 部活動の位置付け

(1) 中学校学習指導要領における、部活動の位置付けは以下のとおりである。

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第1章総則第5の1のウ(平成29年告示)より～

(2) 各学校においては、部活動を持続可能なものにするため、様々な変化に対応し、地域との連携も視野に入れた適正な部活動の位置付けや運営について、工夫と改善を図る。

2 部活動の意義

学校教育の一環として行われる部活動は、部活動顧問等の指導の下、スポーツ等に興味・関心を持つ同好の生徒で組織し、部員同士が互いに切磋琢磨し、自己の能力に応じてより高い水準の技能や記録に挑戦する中で、その楽しさや喜びを味わう自主的・自発的な活動であり、主に次のような意義や効果をもたらす。

- 自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成する。
- スポーツ等の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かな生活を継続する。
- 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。

II 現状における課題

1 生徒に関すること

休日の練習試合や大会等、長時間の活動により休養が確保しにくく、身体的な疲労が蓄積するとともに、学習や家族と過ごす時間や地域活動に参加する機会が奪われ、多面的な成長の機会が十分ではない。

2 教職員に関すること

教職員の働き方改革の推進は喫緊の課題であり、長時間勤務の要因の一つが部活動指導であることから、その負担過重の改善を図る必要がある。

3 以上のことから、児童生徒及び教職員のワーク・ライフ・バランスを実現する部活動等をめざす必要がある。

III 適切な休養日や練習時間の設定等

1 適切な部活動休養日の設定

(1) 休養日の設定

平日週1日以上及び土日いずれかの週2日以上

- ① 平日の休養日1日は、児童生徒一斉下校日を利用する等して、一斉に実施することとするが、練習施設の確保等の事情がある場合は、校長の判断で一部の部活動等のみ別日に設定することができる。
- ② 土日の活動及び休養日の設定については次のとおりとする。
 - ・ 土日連続しての練習試合は行わない。
 - ・ 大会等（遠征・合宿を含む）のため、土日に連続して活動した場合、原則として翌、月曜日を休養日とし（令和3年4月15日確認修正）、通常の平日の休養日と合わせて、計2日間の休養日を設ける。
※ 「遠征」とは、宿泊を伴う練習試合や大会をさす。以下、同様。
 - ・ 学校閉庁日は休養日とする。
- ③ 長期休業中の土日は原則として休養日とするが、やむを得ず活動する場合、週の活動日数は5日間以内とする。
- ④ 学校又は部活動等单位で、休養日を示したカレンダー等を作成し、各家庭に配付する等、児童生徒が見通しをもって計画的に活動したり学習等を進めたりできるようにする。

(2) 適切な活動時間の設定

平日2時間以内 休日3時間以内 ◆ 平日18:30までには完全下校 ◆

- ① 練習時間の上限を設けることで、児童生徒の学習時間等を確保するとともに、教員の授業準備等の時間を確保する。
- ② 平日は、18時30分を上限とし、完全に児童生徒を下校させる。大会前を含めて活動の延長を認めない。
- ③ 平日の大会、あるいは土日の大会等（遠征・合宿を含む）や練習試合は、活動時間の設定とは別に計画されるが、児童生徒の健康、安全を第一に考え、次のとおり休養日を設ける。
 - ・ 土日のどちらか1日に3時間を超えて活動を行うことはできるが、その場合は、通常の平日の休養日の他、翌週の平日に1日、計2日間の休養日を設ける。
- ④ 特設部の活動についてはこれとは別に行うが、上記の趣旨を踏まえ、教員および児童生徒の負担過重とならないよう配慮する。
- ⑤ 朝の練習は原則行わないこととする。行うことができるのは、特設部における限られた期間のみとし、校長の承認を得るものとする。
- ⑥ 長期休業中の活動時間は3時間以内とする。

2 大会等への参加の見直し

- (1) スポーツ医・科学的な観点や児童生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から生徒の健康・安全を第一に考え、学校単位で参加する大会等の見直しを行う。
- (2) 各種団体等が主催する大会等への参加については、教育課程に基づいて実施する行事等の日程を優先するとともに、生徒や家庭に過度な負担をかけることがないようにする。
- (3) 市教育委員会は、大会等の主催者に対して、生徒や部活動顧問等の負担が過度にならないよう大会等の精選について要請する。

IV 適切な部活動運営のための体制整備

1 学校における部活動の役割の明確化と目標、指導の在り方

校長のリーダーシップのもと、教職員の負担軽減の観点にも配慮しつつ、学校組織全体で部活動の役割を明確にし、その上で運営や指導の目標、方針を検討・作成し、また、部活動顧問等の中で指導内容・方法等の意見・情報交換ができるようにするとともに、日常的に指導助言を行う。

(1) 部活動運営に当たっての役割

<管理職>

- 学校の部活動に係る活動方針の作成
- 危機管理体制の整備と指導助言
- 部活動の編成と管理
- 各部活動の運営状況の確認
- 部活動に係る意見・情報交換の場の設定
- 大会、練習試合、合宿等の掌握
- 引率業務の管理
- 部活動顧問のサービス管理
- 関係機関との連絡・調整
- 外部指導者の活用

<部活動顧問>

- 活動計画の作成（年間・月間）
- 施設、用具の管理と事故防止
- 実技指導（安全指導を含む）
- 部員の健康管理
- 部活動予算の管理
- 大会や練習試合等の引率
- 関係競技団体及び保護者との連携
- 研修会参加による指導技術等の向上
- 外部指導者との連携、調整

2 部活動に係る活動方針・年間活動計画等の作成

- (1) 校長は、学校の設置者の方針に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定、公表し、その方針に則り、各部の休養日及び練習時間等を設定し、公表するとともに、その運用を徹底する。
- (2) 部活動顧問等は、担当する部活動の年間活動計画及び毎月の活動計画を作成するとともに、活動内容等を校長に報告する。なお、年間活動計画については、1年を試合期、充実期、休養期などに分け、活動にメリハリをつけることや、生徒や地域の実態を踏まえた計画を作成するなど配慮する。
- (3) 校長は、毎月の活動計画及び部活動顧問等からの報告等により、各部活動の活動内容を把握し、生徒が安全に活動を行い、部活動顧問等の負担が過度とならないよう、

適宜、指導・是正する。

3 部活動の見直しと複数顧問制の導入

- (1) 校長は、部活動の設置数を精選するとともに、一つの部活動に対し複数顧問の配置推進に努める。また、指導時間についても顧問間で調整し、部活動指導に偏りがないように努め、校務の処理や生徒と向き合う時間を確保する。
- (2) 校長は、部活動への参加を一層高めるために、生徒の多様なニーズを把握し、必要に応じて、活動内容や実施形態の工夫、シーズン制等による複数種目実施、複数校による合同実施等の様々な取組を推進する。

4 保護者との連携

部活動は、学校教育活動の一環として、教育課程との関連を図りながら実施することから、学校行事などと同様に、保護者の理解や協力を得ることが必要である。日頃から保護者との信頼関係を構築し、学校全体の目標や方針、各部の活動の目標や方針、休養日や活動時間を含めた計画等について積極的に説明し、理解を得ることが必要である。

(1) 連携のポイント

- 年度当初に、活動方針や年間計画を説明し、その後、定期的に練習計画等を周知する。
- 保護者との連絡体制を構築し、緊急時の対応について確認する。
- 保護者の経済的負担に配慮するとともに、必要な場合は、丁寧に説明する。

5 地域との連携

- (1) 地域では、スポーツ協会やスポーツ少年団等様々な競技団体や文化団体が活動していることから、これらの団体等と連携し、技術指導の依頼、交流など様々な活動の仕方を工夫するなど、教育委員会との連携のもと、部活動の地域展開に資する取組を推進する。
- (2) 地域の団体等と連携する場合、部活動の活動量や強度について考慮し、生徒の負担とならないよう学校生活や学習とのバランスが保たれた取組になるよう考慮する。

6 外部指導者及び部活動指導員の活用

- (1) 外部指導者及び部活動指導員を積極的に活用し、教職員の負担軽減を図る。
- (2) 学校が、地域の指導者等に外部指導者として協力を得る場合には、「部活動は、学校教育の一環として進められる教育活動である」ことを踏まえ、学校全体の教育目標や方針、部活動の活動目標等について、校長や部活動顧問等と外部指導者との間で十分な調整を行うとともに、相互に情報を共有できるようにする。
- (3) 外部指導者を招く場合は、次の内容について留意する。
 - 学校全体で導入の方針等を確認し、保護者にも外部指導者について周知する。
 - 外部指導者は、健康で、指導するスポーツ等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に依頼する。
 - 活動方針や活動計画の作成など、運営全体は部活動顧問等が進める。
 - 部活動顧問等は、外部指導者とは常に情報交換を行い、適切な連携を図る。
- (4) 部活動顧問等と外部指導者は、次の内容について確認する。
 - 活動の目標、計画、内容の確認と、部活動顧問等と外部指導者の役割分担
 - 緊急連絡体制、事故発生時の対応等
 - 生徒間トラブルや生徒からの相談などの情報
 - 不適切な指導及び体罰の禁止
 - 練習時間や休養日の確認（スポーツ障害の予防や生徒のバランスのとれた生活と成長の確保を優先する）
- (5) 外部指導者には、問題となる次の指導例について周知する。
 - 独自判断による練習日程、場所、練習内容の変更
 - 独自判断による大会への参加や練習試合・練習会への参加

- 学校で定めた練習時間を守らない指導や学校外での指導
- その他、学校の方針に反する指導等

7 緊急時に備えた体制整備

- (1) 万が一、事故が発生した場合に備え、学校全体の救急及び緊急連絡体制を確立し、教職員及び外部指導者で共有する（管理職が不在の場合や学校外での活動時の事故も含む）。
- (2) 学校の危機管理マニュアルに明記する。

V 部活動での適切な指導に向けて

1 生徒の心身の健康管理及び事故防止

- (1) 部活動顧問等は、個々の生徒の健康、体力等の状況を事前に把握するとともに、練習中に声を掛けて生徒の反応を見たり、疲労状況や精神状況を把握したりしながら指導する。また、部長の生徒は心身両面で他の生徒よりも負担がかかる場合があるため、適切な助言その他の支援にも留意する。
- (2) 計画的な活動により、各生徒の発達段階や体力、技能の習得状況を把握し、無理のない練習に留意するとともに、生徒の体調等の確認、関係施設・設備・用具の定期的な安全確認、事故が起きた場合の対処法の確認、医療関係者等への連絡体制を整備する。また、生徒自身自らが、積極的に自分や他人の安全を確保できるようにする。
- (3) 常に、最悪の場合を想定し指導に当たる。また、部活動顧問等一人一人が救急救命法やAED（自動体外式除細動器）の適切な使用方法について十分に理解し、緊急時に適切に対応できるようにする。
- (4) 障がいのある生徒については、一人一人の障がいの程度や状態等が様々なことから、部活動顧問等間で配慮事項等を把握するとともに行動の観察と危険を予測しながら、安全に十分配慮して指導に当たる。また、既往歴の把握や健康観察にも留意する。
- (5) 頭を強く打ち付けた場合は、直ちに活動を中止し、脳神経外科等の専門医の診断を受ける。なお、頭に同じような衝撃を二度受けた場合、一度目が軽微なものであっても、二度目の症状が重篤になること（セカンドインパクト症候群）があるため活動に復帰させる際には、専門医の判断を仰ぐ。
- (6) 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する。
- (7) 熱中症予防について十分留意する。なお、熱中症の発生には環境の条件以外に、運動の条件や個人のコンディションも関係していることを認識する。また、雷や暴風、ゲリラ豪雨、PM2.5などの気象情報も事前に収集し、対応を検討しておく。

2 部活動顧問等の体罰・ハラスメントの根絶

- (1) 部活動での指導で、体罰や暴言を厳しい指導として正当化することは誤りである。体罰等は、学校教育法に違反するのみならず、生徒の心身に深刻な悪影響を与えるものであり、決して許されないものであるとの認識を持ち、体罰等のない指導を徹底する。
- (2) 部活動顧問等は、生徒の人格を否定する発言や指導者としての信用を失墜させる行為（セクハラ、パワハラ、モラハラ、個人情報漏洩等）が、生徒や保護者の信頼を裏切る行為であり、絶対にあってはならないものであるという自覚をもって指導に当たる。
- (3) 生徒との私的な電子メールやSNS等のやりとりは行わない。

3 科学的なトレーニング方法の積極的な導入

部活動顧問等は、自分自身のこれまでの実践や経験による指導だけでなく、科学的な理論や根拠が得られている練習法や新たに開発された技術などを積極的に習得し、日頃の指導に生かすようにする。

体育・スポーツの研究によると、筋力や全身持久力をはじめとする体力の要素は、運動をすればするほど向上するものではなく、適切な休養と栄養の補給を挟みながら運動することで運動前よりも体力が向上することが明らかになっている。(超回復)

また、トレーニングの負荷については、生徒の体力状況に応じた適切な負荷であることが必要である(トレーニングの三原理・五原則)。

4 指導能力の継続的な向上

- (1) 「部活動は、学校教育の一環である」ことを踏まえ、校長は、学校組織全体で取組を進めるために、部活動顧問等に対して部活動の意義、運営や指導の在り方について研修等により共通理解を図る。
- (2) 部活動顧問等は、技術指導の内容とともに、生徒の発達の段階や成長による変化、心理、生理、休養、栄養、部のマネジメント、コミュニケーション等に関する幅広い知識や技能を継続的に習得し、多様な面での指導力を身に付け、それらを向上させることが重要である。

※ 令和8年3月、「白河市立中学校運動部活動の在り方に関する方針」を「白河市立中学校部活動の在り方に関する方針」と改定し、内容の一部を改定する。

「白河市立中学校部活動の在り方に関する方針」に関するQ&A

[休養日の設定について]

Q 1 長期休業中は、平日に5日間活動してもよいですか。

A 1 方針では、土日は原則として休養日としておりますので、平日に5日間活動しても構いません。

Q 2 日曜日に大会やコンクールがある場合、前日の土曜日に活動してもよいですか。

A 2 調整等で土曜日に活動することは可能です。ただし、3時間以内とし、通常の平日の休養日の他、翌週の平日に1日、計2日間の休養日を設けることとなります。

Q 3 大会前数週間は、土日のうち1日に3時間を超えて練習や練習試合を行ってもよいですか

A 3 大会前であっても、土日に3時間を超えて練習することはできません。練習試合をやむを得ず3時間を超えて実施する場合は、通常の平日の休養日の他、翌週の平日に1日、計2日間の休養日を設けることとなります。

Q 4 大会前数週間は、土日の2日間にわたり練習や練習試合を行ってもよいですか。

A 4 大会前であっても、土日の2日間にわたり練習や練習試合をすることはできません。ただし、遠征等により練習試合をする等、やむを得ず2日間実施しなければならない場合は、通常の平日の休養日の他、翌週の平日に1日、計2日間の休養日を設けて実施することとなります。

Q 5 土日を挟み3連休が生じた場合、土日の2日間活動を行い、金曜日または月曜日の祝日を休養日とすることは可能ですか。

A 5 各学校の実態により、土日に部活動等を実施して、金曜日または月曜日の祝日を休養日とした方が、児童生徒や教職員にとって有益であると判断した場合は、可能とします。

Q 6 土(日)曜日に地域展開(地域クラブ活動)として活動を実施した場合、日(土)曜日に学校部活動を行うことはできますか。

A 6 地域展開による活動は、学校部活動を地域クラブ活動として実施しているものです。そのため、土(日)曜日に地域展開で活動を行った場合は、方針に基づき、日

(土) 曜日を休養日とし、学校部活動を実施することは認められません。
〔活動時間の設定について〕

Q 7 「平日の活動時間は2時間以内」となっていますが、特設部を放課後に実施する場合、特設部と常設部の活動時間はどうなりますか。

A 7 平日の放課後の活動時間は特設部、常設部の活動を合わせて2時間以内となります。2時間の割り振りについては、各学校での判断となります。

Q 8 活動時間に、準備や後片付けの時間は含まれますか。

A 8 含めないものとします。

Q 9 地域の行事参加や施設でのボランティア活動などの取り組みは、活動時間の中に含まれますか。

A 9 原則として活動時間には含めないものとしますが、児童生徒や教職員にとって過度な負担とならないよう、地域の理解と協力を得ながら進めることが重要です。その際の練習については、通常の活動時間の中で行うものとします。

〔朝の練習について〕

Q 10 朝の練習は特設部のみとなっていますが、例えば、陸上部や合唱部等が常設である学校についても、そこに特設部員が加わった期間、朝の練習ができますか。

A 10 特設部員が加わった期間、特設部として朝の練習は可能です。

Q 11 朝の練習の「限られた期間」とありますが、どの程度の期間をさしますか。

A 11 当該競技等の大会等に向け、校長が必要と認めた期間とします。ただし、この間、当該特設部の児童生徒の1日の活動時間が2時間を超えることが想定されますので、児童生徒や教職員及び保護者の過重負担とならないよう十分な配慮が必要です。

Q 12 児童生徒の体力向上を目指して「朝の運動」を行っていますが、この活動は「部活動」にあたりますか。

A 12 部活動単位ではなく、学年単位や全校生を対象に体力向上を目的として行われる「朝の運動」については、本方針の対象とはなりません。ただし、「朝の運動」が児童生徒や教職員及び保護者の過重負担とならないような十分な配慮が必要です。

[その他]

Q13 部活動が終了した後に、保護者主催やスポーツ少年団の活動として活動することは認められますか。

A13 本方針は、「スポーツや文化及び科学等に親しむ中で個性の伸長を図るとともに、自主性や協調性、責任感、連帯感などを養うための部活動等」を目的に策定したものであることから、上記の活動に対して児童生徒が自分の意思で参加、不参加の判断ができるようにするとともに、不参加を理由に選手選考等に影響することのないよう配慮する必要があります。また、本方針が休養日を設定している意味を踏まえ、児童生徒の負担過重にならないよう判断してください。ただし、部活動顧問が、同部員に対して部活動同様の活動をすることは本方針の趣旨には沿いません。