

# 松戸市運動部活動

## 指導の指針



平成31年1月 松戸市教育委員会



# 目 次

本指針策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 1

第 1 章 部活動の位置づけと意義・・・・・・・・・・ P 2

- 1 学校教育活動における位置づけ
- 2 部活動の意義

第 2 章 運動部活動の運営・・・・・・・・・・・・ P 3

- 1 本指針の扱い
- 2 これからの運動部活動の在り方
- 3 開かれた運動部活動
- 4 適切な活動時間等

第 3 章 指導の充実・・・・・・・・・・・・・・ P 6

- 1 生徒指導の機能を生かした指導
- 2 対話を重視した指導
- 3 生徒を伸ばす指導

第 4 章 事故の防止と安全への配慮・・・・・・・・ P 9

- 生徒の体調管理及びけがの防止
- 運動部活動における安全管理
- 気象状況、災害発生に伴う安全確保
- もし事故が発生したら…

資料編

- 資料 1 運動に際して
- 資料 2 熱中症に関して
- 資料 3 落雷に関して
- 資料 4 学習指導要領における位置づけ

参考・引用文献

# 本指針策定の趣旨

松戸市の運動部活動は、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や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、生徒一人一人の自己実現の場として、心身の成長に大きく寄与していると考えている。

平成30年3月にスポーツ庁から運動部活動のガイドライン、同年6月に千葉県教育庁教育振興部より千葉県の運動部活動のガイドラインが発出された。

千葉県は全国でも一番活動時間が長いという調査結果が出ている。また、部活動についての課題が、生徒・保護者・教職員それぞれの視点で語られている。

松戸市としては、一番に考えるべきことは生徒の活動を適切に確保していくということである。松戸市の部活動に関する調査結果では、積極的に参加している生徒が79%と高い水準となっている。これは県大会出場数や関東大会、全国大会への出場率が近隣市と比べて高いという競技力的な面だけでなく、多くの生徒が主体的にやりがいを持って取り組んでいることを表しており、松戸市の強みの一つである。

また、生徒が平日の放課後に過ごす場所に関しては、77.8%が部活動等で過ごしているという結果が出ており、部活動が生徒の放課後の居場所としても、重要な役割を果たしている。

このように、各学校の工夫により充実した活動を行っている松戸市の運動部活動であるが、国のガイドラインに則り、県のガイドラインを参考に松戸市の実態に応じたガイドラインを作成し、各学校の運動部活動が適正、適切に行われることが求められている。

以上のことから、運動部活動における生徒のオーバーワークトレーニング症候群やバーンアウト等の課題も踏まえつつ、適切な運動部活動経営の指針となるように作成した。

この指針を基に、各学校が実態を踏まえ、活動方針を作成し、適切な運動部活動運営がなされることを期待するものである。

# 第1章 部活動の位置づけと意義

## 1 学校教育活動における位置づけ

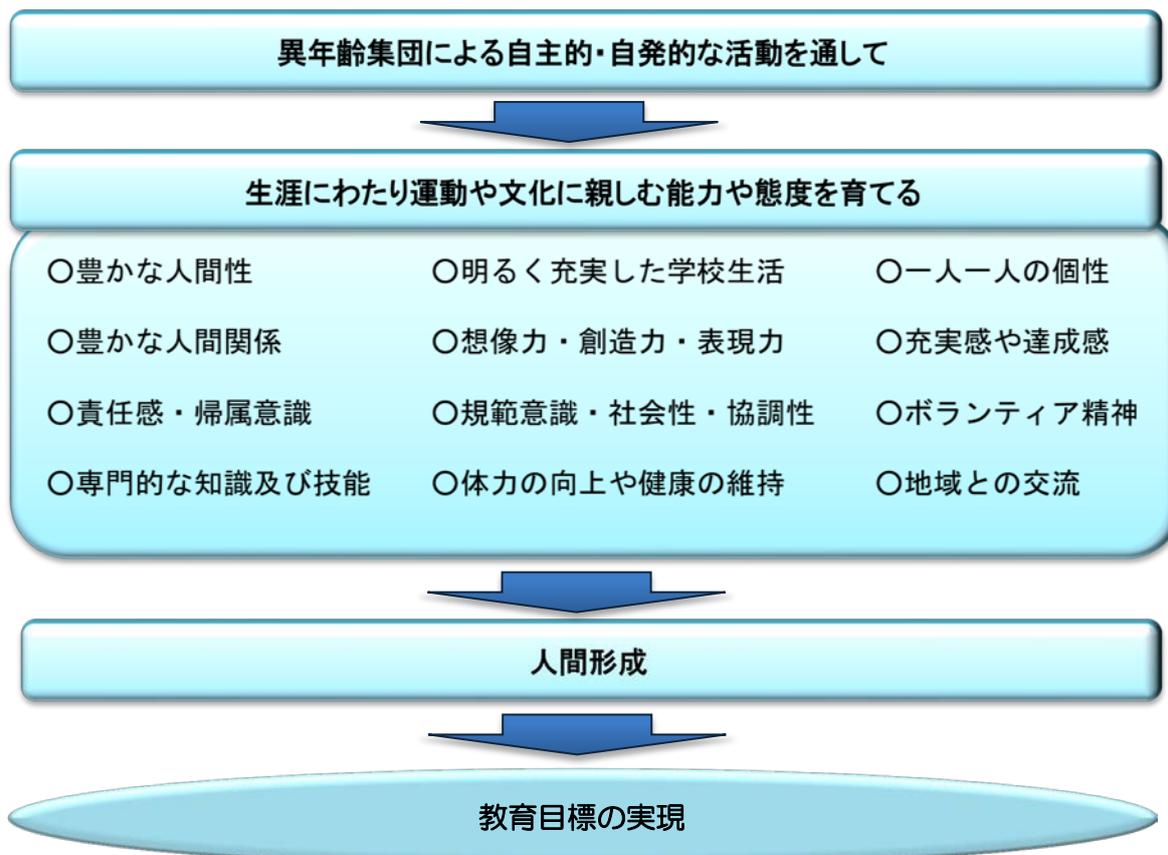
学校の教育活動は、学習指導要領に示された各教科、道徳、総合的な学習の時間及び特別活動等で定められた「教育課程」と呼ばれる内容と、学校が計画する休み時間や登下校、放課後の課外活動等が含まれる「教育課程外」の内容で構成されています。部活動は、教育課程外に学校が計画し、実施する教育活動です。

### 【中学校学習指導要領第1章総則第4の2】

(13) 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、連帯感の涵養等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、地域や学校の実態に応じ、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うようにすること。

※資料4

## 2 部活動の意義



## 第2章 運動部活動の運営

### 1 本指針の扱い

本指針は中学校段階を主な対象とする。

本指針の基本的な考え方は、学校の種類にかかわらず該当するものであることから、高等学校の段階の運動部活動についても本指針を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。

各学校においては本指針に則り、毎年度「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定し、公表する。

### 2 これからの運動部活動の在り方

#### これからの指導者像

**運動部活動が学校教育活動である認識をもち、積極的な姿勢で指導する指導者**

- ・運動部活動の意義を生徒・保護者に理解させ、豊かな心と社会性を育てる指導者
- ・指導理念や活動方針を明確にし、生徒の実態に応じた活動目標を定める指導者
- ・適切な指導計画を作成し、安全に配慮した効率的かつ効果的に指導する指導者
- ・正しい倫理観を有する指導者

#### 運動部活動運営の基本的な考え方

**生徒の個性を尊重し、生徒の自主性を重んじ、志向を大切に活動**

- ・豊かな人間性や社会性が育つ活動
- ・「競技志向」「楽しみ志向」等、互いの適正・興味・関心を認め合える活動
- ・生徒一人一人の技術や体力等を考慮し、個々のレベルに対応できる活動

#### あるべき運動部活動の「かたち」

**生徒の生活とバランスの取れた運動部活動**

- ・休養日や活動時間を適切に設定し、生徒のけがの予防や健康に配慮した活動
- ・学業と運動部活動が両立できる活動
- ・事故防止に努め、生徒の安全が確保された活動

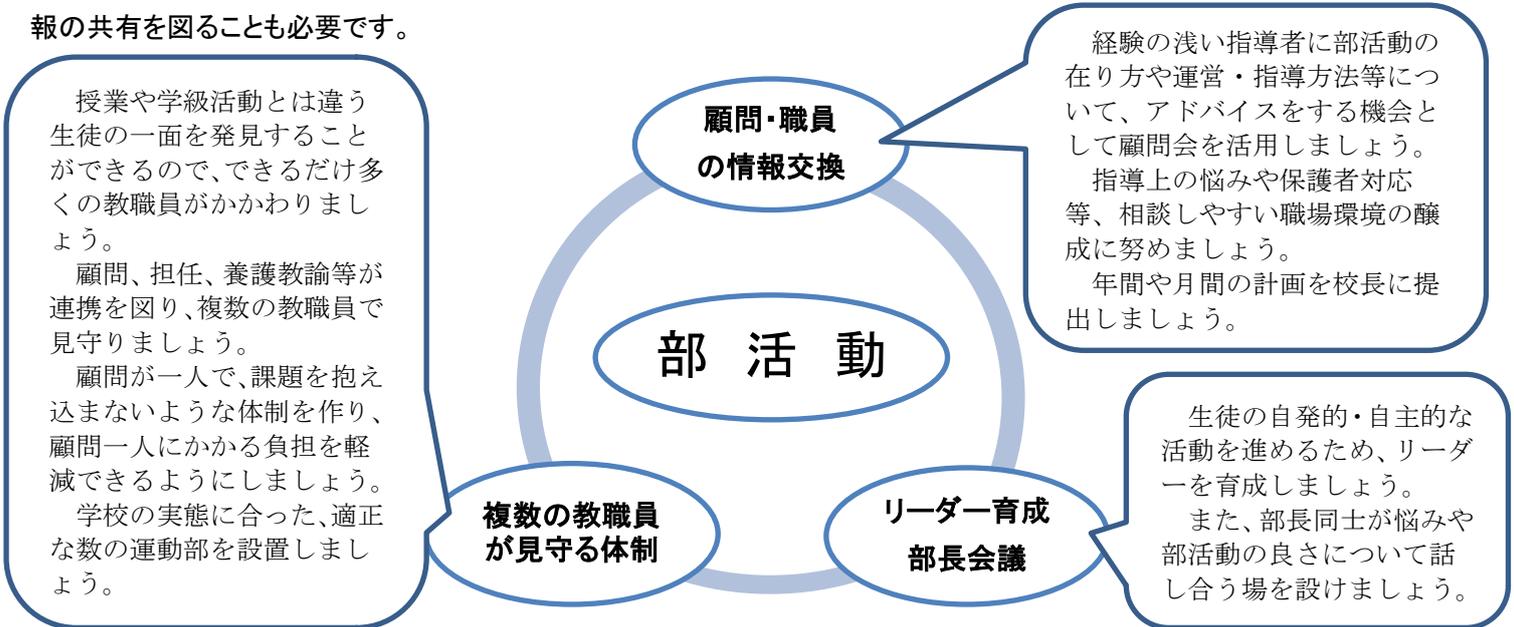
**みんなで支える開かれた運動部活動**

- ・保護者や地域の方々に、積極的に活動内容等を情報発信する活動
- ・学校の教育活動であることを理解した外部指導者の活用等、保護者や地域社会の支援・協力を受ける活動

### 3 開かれた運動部活動

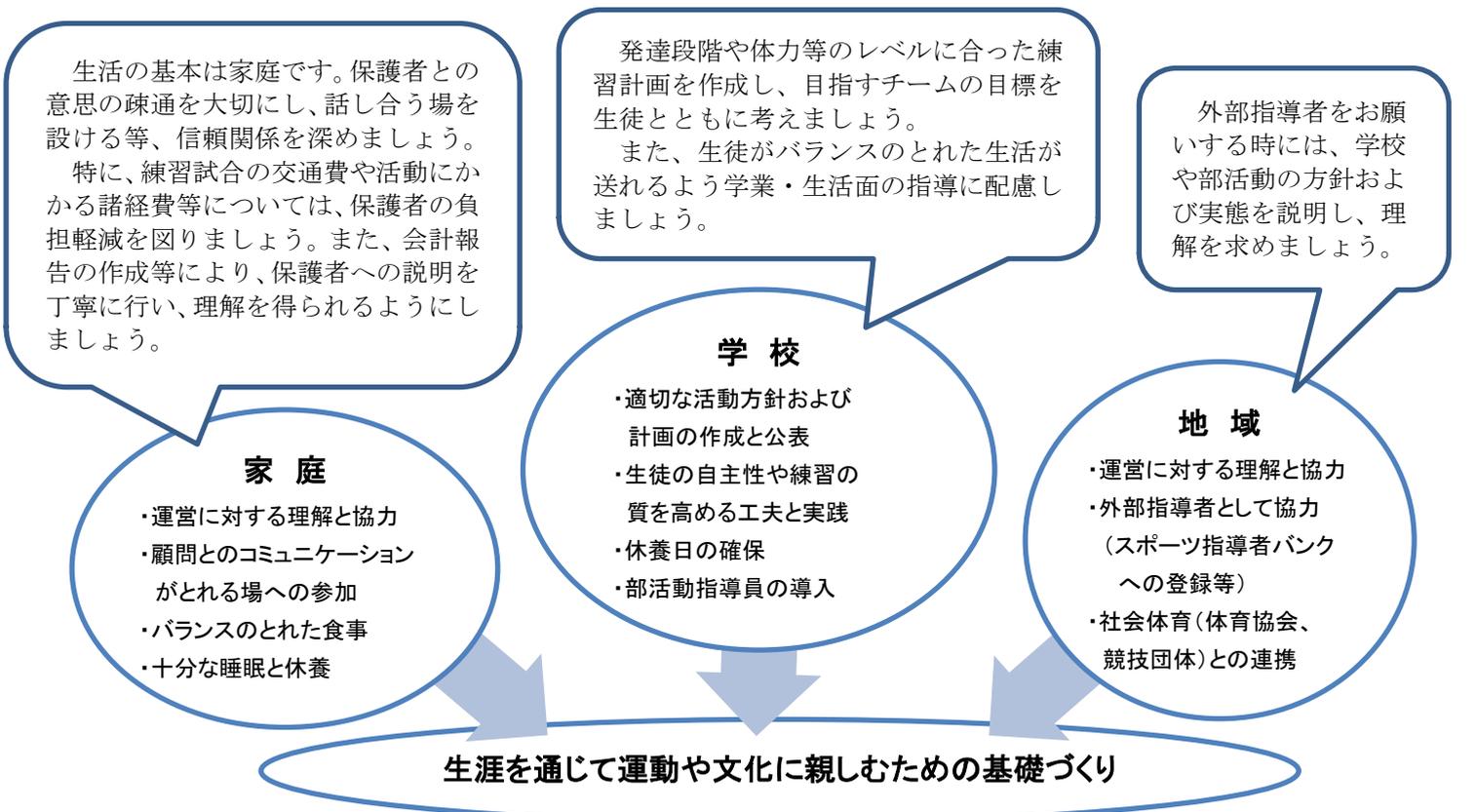
#### 学校のサポート体制

部活動は、学校教育の一環として、顧問一人に任せきりにならないよう、複数顧問体制など学校組織全体での運営や指導方針・活動計画の作成が必要です。また、顧問間や外部指導者等と意見交換を行い、指導内容や新しい指導方法等、情報の共有を図ることも必要です。



#### 「学校」「家庭」「地域」の連携

「より高い水準の技能や記録に挑みたい」、「自分のペースで楽しく活動したい」、「様々な競技や文化活動にも挑戦したい」等、生徒の多様なニーズを把握し、活動内容や実施形態の工夫、スポーツ指導者バンクや地域ボランティアの外部指導者を活用する等、学校・家庭・地域が連携する必要があります。



## 4 適切な活動時間等

「休養日」もほとんどなく長時間にわたる活動を生徒達が行うことは、バランスのとれた生活やスポーツ障害を予防する観点からも改善を図る必要があります。「休日」となる土曜日及び日曜日は、家族とのふれあいやボランティア活動、地域活動等への参加を促すとともに、心身をリフレッシュさせるためにも「休養日」とすることが望まれます。やむを得ず運動部活動を実施する場合にも、学校週5日制の趣旨を十分に踏まえ、部活動のみに終始する一日とならないようにする等、適切な対応を図ることが必要です。

学 業



・長時間の練習 ・過度な練習 ・土日等の練習や試合

※オーバーワークからくる疲労の慢性化(オーバーワークトレーニング症候群の可能性あります)



休養日の確保が必要

ノ一部活デーの取組

- ◎平日は、週1日以上
- ◎土日は、週1日以上

上記を原則としつつ、学校の実態にに応じて、年間100日以上を休養日を設定する。その場合、平日と休日のバランスについては均等となることを望ましい。



1日の活動時間の目安が必要

短時間で効果的な活動

- ◎平日は、2時間程度
- ◎土日は、3時間程度

上記を原則としつつ、学校の実態にに応じて、週当たり16時間程度を超えない範囲で実施する。



大会参加について

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

※長期休業中についても、上記に準ずる。また、長期の休養日も設ける。

※大会等で、休日に休養日を設定することができなかった場合は、別の日に設定する。

※活動時間とは準備、片付け、移動時間は含まないものとする。

※各部の活動については、練習強度や練習にかかる時間が違うことを考慮する必要がある。

※学校の実態と施設の有効活用を考慮し、朝と放課後を別々の日として休養日を設定できる。

※生徒のニーズに対応することで、教員の負担が過度にならないように考慮する。



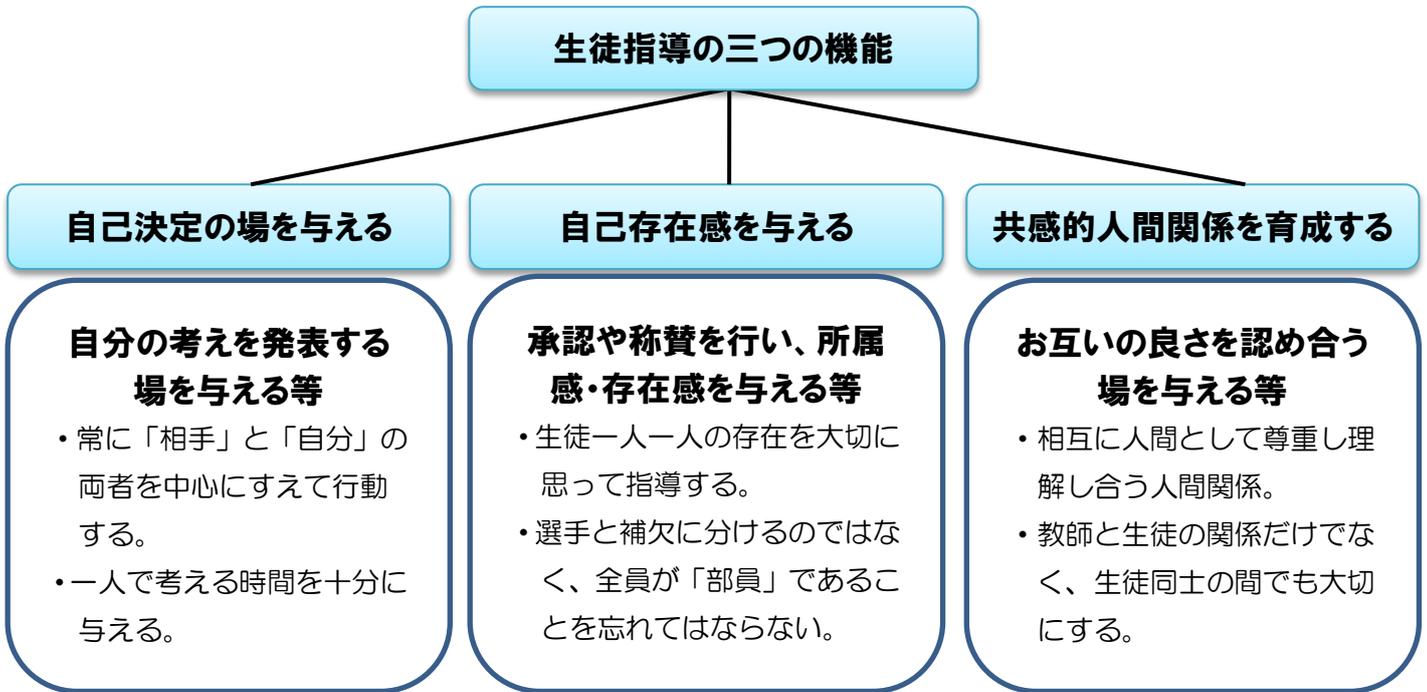
### 【期待できる効果】

- 休養や規則正しい生活は、けがの防止や効率的な体力向上に効果
- 学業と部活動の両立が図れる効果
- 家族とのふれあいや趣味等の時間をもつことで、心身のリフレッシュに効果

# 第3章 指導の充実

## NO！体罰・パワハラ・セクハラ

### 1 生徒指導の機能を生かした指導

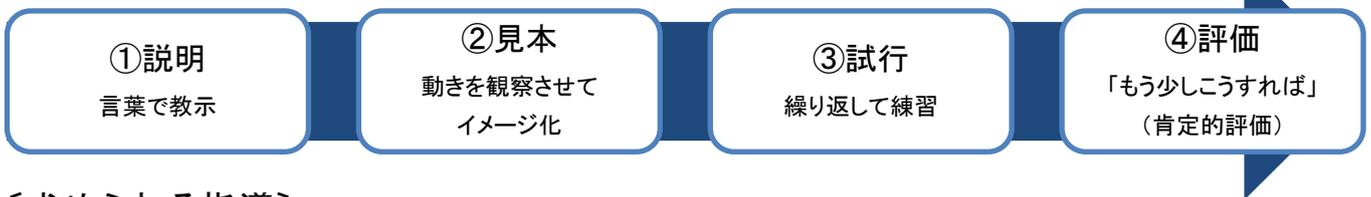


### 2 対話を重視した指導

個性を伸ばし、友情を深める等、好ましい人間関係を育てるという運動部活動の意義を再確認し、対話を重視した指導を実施することが重要です。

活動の目標・方針や計画を設定する際には、生徒の意見を把握し、主体性を尊重し決定することが必要です。

#### 〔指導方法の基本〕



#### 〔求められる指導〕

☆ 生徒の自主性、個性を尊重した指導

- スポーツの楽しさを実感させる
- 仲間との交流を充実させる
- わかる喜びを体験させる(新しい発見)
- できる喜びを体験させる(成就感)

☆ 対話を重視した指導

- ポイント(動きのコツ)を的確に言葉で教える
- 激励、称賛を欠かさない

※指導者の思いで指導方針や容姿(頭髪等)について、一方的な指導にならないように留意する。

### 3 生徒を伸ばす指導

経験則だけにとよる指導



科学的な指導

※資料1

#### 好ましい指導

ミスをする原因は何か考えよう！

- ・段階的な指導をしてきたか？
- ・技術的な指導方法は適切なのか？



- ◎将来の成長に繋がるミスかどうか見極めましょう。  
(将来できるようになるが、発達段階を考えると今は失敗してしまうようなミスのこと)
- ◎生徒にミスの原因を考えさせ、自ら気づかせてから指導しましょう。
- ◎映像(動画)で動きを確認させる等、合理的な方法を導入しましょう。
- ◎休憩を入れて、落ち着かせてから、やり直しさせましょう。

ミスがでたとき

#### 指導の具体的な例

○好ましい指導 ●問題がある指導

指導中のプレーでミスをした

- 生徒に失敗した原因を考えさせ、欠点を理解させた上で、反復練習をするよう指導する。
- ミスをしたことを理由に練習に参加させず、1時間立たせる。

関係プレーの練習中にミスをした

- 関係した動作では、声を出す、相手を見てプレーする等の基本的な技術を指導する。
- 「練習しても無駄だ、練習の邪魔だ、やめてしまえ」と言って、長時間練習に参加させない。

シュート練習中にミスをした

- ゴールキーパーの動きをよく見たり、正確なシュートができる技術等を理解させて指導する。
- ミスをした生徒を強制的に、100本連続成功するまでシュート練習を続けさせる。

#### 好ましい指導

負けた原因を生徒とともに考えよう！

- ・生徒の実力が発揮できていたか？
- ・普段の練習のとおりプレーができていたか？



- ◎実力が発揮できるようメンタルトレーニング等を取り入れましょう。
- ◎個性等のトレーニング理論をふまえた最新の練習方法を得るため研修会に参加しましょう。
- ◎指導者としての目標設定を見直しましょう。

試合で負けたとき

#### 指導の具体的な例

○好ましい指導 ●問題がある指導

試合で負けた

- チームで負けた原因を話し合い、その原因を解消するための練習計画や練習方法について生徒とともに考える。
- 負けた原因を生徒とともに分析し、今後の練習計画や目標をポジションごとに考えさせる。
- 負けたのは、気合が足りないからだ、高温多湿の体育館で試合後すぐ、水を飲ませずコート周りを50周ランニングさせる。
- 試合後すぐに、生徒の体力や健康状態等を考慮せず腹筋1000回、背筋1000回、腕立て伏せ1000回をさせる。

生徒の態度が良くないと感じたとき

### 好ましい指導

生徒の様子を観察しよう！

- ・生徒の言動が気になる？
- ・家族のことで悩んでないか？
- ・友人(チームメイト等)との人間関係で悩んでないか？



- ◎生徒に意識を向けて、その声、言葉、気持ちを聴き取りましょう。(傾聴)
- 生徒一人一人の役割や生活態度について、自分たちで話し合う機会を設けましょう。
- 日常から生徒と良好な人間関係を築きましょう。

### 指導の具体的な例

- 好ましい指導
- 問題がある指導

練習を無断で休む生徒がいた

○当該の生徒を呼んで、十分話し合い、生徒との良好な人間関係を築きながら指導する。

●連帯責任として、部員全員で正座を1時間させる。

顧問の安全に係る指導を無視する生徒がいた

○練習上のルールや約束事の重要性について最優先に厳しく説明し納得させる。

●顧問の指示は絶対であると人格を否定するような言動で頭ごなしに怒鳴りつける。

## プレーヤーズファースト

主役

(プレーヤー)

サポート役

(指導者)

# 第4章 事故の防止と安全への配慮

運動部活動におけるけがや事故を防ぐためには、生徒一人一人に安全に関する知識を身に付けさせるとともに、自他の安全を守ることができる能力を育成することが大切です。また顧問は、生徒の体調管理とともに、施設・用具の安全や天候の変化等に配慮し、可能な限り危険を排除することが求められます。技能の向上だけでなく、生徒の危険予知及び危機回避能力が向上するような指導を行いましょう。

## 生徒の体調管理及びけがの防止

- 顧問は、練習前はもちろん、練習中及び練習後の体調管理もしっかり行う。  
→「やる気がない」、「練習に集中していない」は体調不良のあらわれかも・・・
- 活動中は、自分の体調管理はもちろん、友だち同士でも体調をチェックさせる。
- 練習内容は、発達段階や体力・技能に応じたものにする。また気象条件等により、内容を変更する。
- 正しいトレーニング方法や内容・手順を理解させる。
- 部員同士の衝突や、予期せぬ方向からのボール等の直撃を防げるような練習環境にする。
- 活動中のルールや約束事を徹底させる。

## 運動部活動における安全管理

- 施設・用具については、毎月1回の安全点検を必ず行う。点検は目視・打音・振動・負荷を複合して行う。
- 活動前にも必ず施設・用具の安全を確認する。生徒にも安全確認の習慣化を図る。
- 施設・用具に破損等がある場合は更新や修繕を実施するとともに、安全に使用できない状態の場合は使用禁止にする。
- 日頃から、それぞれの運動部活動に伴う事故防止について指導する。
  - ・サッカーやハンドボールゴール等、転倒する危険のあるものは必ず固定する。
  - ・バットやラケットを使用する部活では、事故防止のためのルールを徹底させる。
  - ・砲丸投を行う場合は、周囲の安全に十分配慮するとともに、安全確認のための生徒を配置する。等

## 気象状況、災害発生に伴う安全確保

- 活動時の気象条件に十分留意する。
  - <高温多湿下> 熱中症の予防。気温が急激に上昇する梅雨明け直後の救急搬送が多い。  
※生徒に体調不良が見られたら、早めに活動を中止する。 ※資料2
  - <寒冷下> 十分なウォーミングアップを実施するとともに、季節に合った練習の工夫。
  - <雷雨・突風> 気象条件についての情報収集に努め、外で活動する部活動では、急激な雷雨や突風等の場合、即時に活動を中止する。雷は、雷鳴が聞こえた時点で落雷の危険があるため、活動を中止する。 ※資料3
- 災害発生時の身の守り方を日頃から指導しておく。
- これらの事項は活動中だけでなく、登下校および試合会場への移動中なども十分配慮する。  
(下校時生徒が学校を出た後一定時間は、学校で待機する。) また試合会場や他校での活動の場合は、避難経路やAEDの設置場所等を必ず確認する。

## もし事故が発生したら・・・

- 危機管理マニュアル等により、緊急時の連絡体制を確立しておき、組織的に対応する。
- 保護者との連携について。特に校外での活動時は、日時・場所等を必ず周知するとともに緊急時の連絡方法を確認しておく。

※危機管理の「さしすせそ」

さ：最悪を考え し：慎重に す：すばやく せ：誠意を持って そ：組織的な対応を

# 資料編

資料1 運動に際して

資料2 熱中症に関して

資料3 落雷に関して

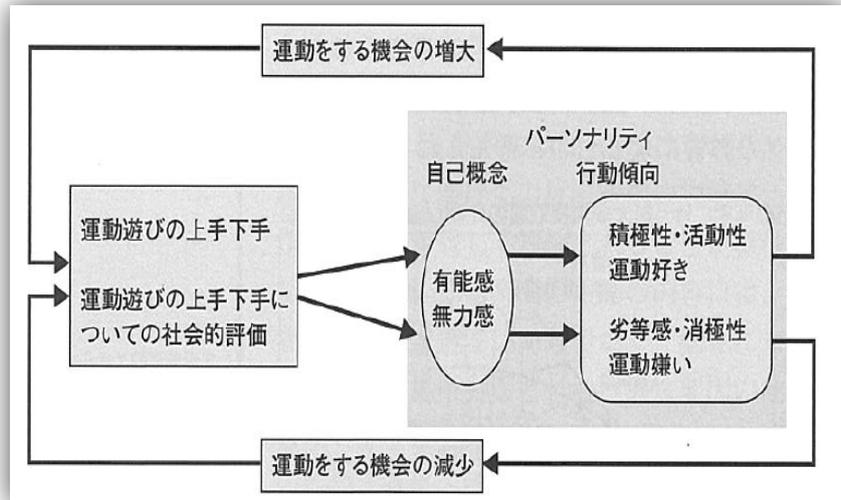
資料4 学習指導要領における位置づけ



## 資料 1 運動に際して

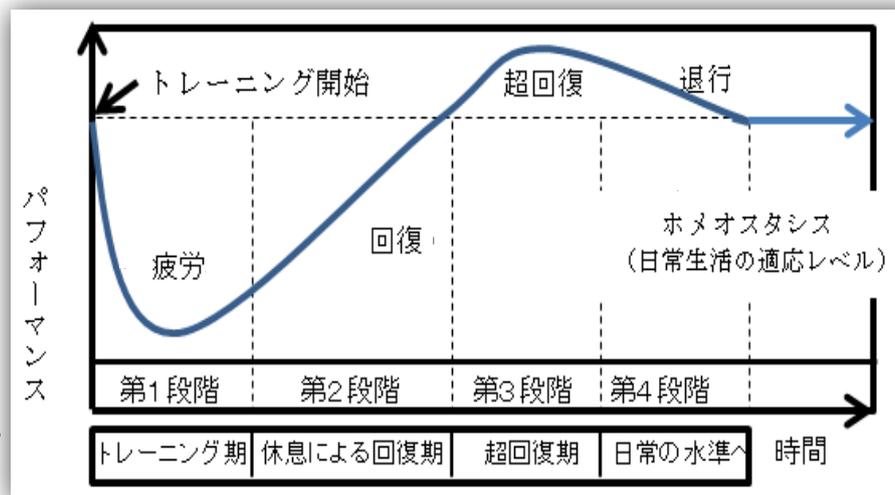
### 運動と人格的発達

「成績志向的雰囲気」よりも努力や過程を重視する「課題志向的雰囲気」のもとでは、勝ち負けや上手下手は度外視して下手でも努力することが高く評価され、その子なりに少しでも上達すれば認められ、負けや失敗は大切な経験として非難されないと下手でも有能感が高まる。



### 超回復

トレーニングにより筋肉に強い負荷を与え続けると、一時的に筋力が低下する。しかし、十分な休養と栄養をとれば、筋力が元の状態に回復し、さらに負荷を与える前よりも筋力が向上する。



### オーバートレーニング症候群

トレーニング等によるストレスが過度に蓄積すると、長期間にわたりパフォーマンスが低下し、その回復には数週間から数ヶ月を要する。トレーニング負荷と回復のバランスが崩れた、次のような状況下で起こりやすい。

- ①トレーニング負荷強度の急激な増加
- ②試合やトレーニングの過密スケジュール
- ③休養・睡眠不足
- ④栄養不足と不規則な摂取
- ⑤精神的な過剰ストレス
- ⑥感冒等の罹患時や罹患直後の不適切なトレーニング

## 資料2 熱中症に関して

「災害級の暑さ」等と表現されるようになってきた夏の暑さですが、運動部活動を指導している先生方が、中学生の時経験した暑さとは、大きく違ってきています。そのため、「自分の時は・・・」という感覚で対応していると大きな事故を引き起こしかねません。

学校管理下では、中学校・高校の1・2年の発生が多く、種目別では、野球、ラグビー、サッカー等屋外で走ることの多い競技、屋内競技では剣道、柔道等の競技で多く発生しています。

また『直前行動別』でみると、ランニング・ダッシュ等「走る運動」で発生している例が最も多く、次に多いのが、体力強化や競技技術向上のための練習中です。

### スポーツ活動中の熱中症予防5ヶ条

- ① 暑いとき、無理な運動は事故のもと  
体温調節の基礎知識 熱中症発生の実態と環境温度
  - ② 急な暑さに要注意  
暑さへのなれと熱中症
  - ③ 失われる水と塩分を取り戻そう  
運動と汗
  - ④ 薄着スタイルでさわやかに  
衣服と体温
  - ⑤ 体調不良は事故のもと  
体調と熱中症
- ※詳細は日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック参照

### 体を暑さにならすには（順化）

- ① 暑くなり始めたら、順化期間を設ける。  
運動強度、時間、服装等の調整。
- ② 順化期間の初めの2～3日は、  
徐々に負荷を上げるようにする。
- ③ 汗で失った分の水分と塩分を補給する。  
体が暑さになれてくると発汗量も増えるため、水分・塩分（スポーツドリンク）の準備も忘れない。
- ④ 連日高温が続くことによる疲労の累積効果にも  
気をつける。

### 熱中症予防運動指針

WB GT 31	乾 球 35	運 動 は 原 則 中 止	WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
▲	▲	厳 重 警 戒（激し い 運 動 は 中 止）	WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走等、体温が上昇しやすい運動は避ける。運動する場合には、頻繁に休息をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さになれていない人は運動中止。
▼	▼		
28	31		
▲	▲	警 戒（積 極 的 に 休 息）	WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
▼	▼		
25	28		
▲	▲	注 意（積 極 的 に 水 分 補 給）	WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
▼	▼		
21	24		
▲	▲	ほ ぼ 安 全（適宜 水分補給）	WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。
▼	▼		

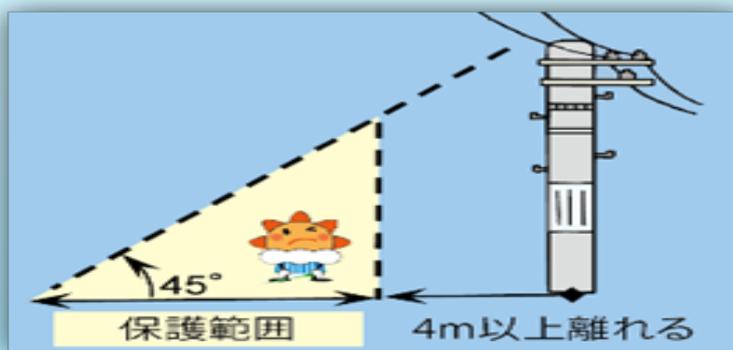
重症度	症 状 等
I 度	めまい・失神 「立ちくらみ」という状態で、脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示し、“熱失神”と呼ぶこともある。 筋肉痛・筋肉の硬直 筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴う。“熱痙攣”と呼ぶこともある。 大量の発汗
II 度	頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感 体がぐったりする、力が入らない等から、従来から“熱疲労”“熱疲弊”といわれていた状態。
III 度	意識障害・痙攣・手足の運動障害 呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある、真直ぐ走れない・歩けない等。 高体温 体に触ると熱いという感触。従来から“熱射病”や“重度の日射病”と言われていたものがこれに相当する。

### 資料3 落雷に関して

落雷による事故は、生命に危機を及ぼす重大な事故になりやすいが、適切な判断により事故を防ぐことが可能であることから、屋外での活動中において、天候が急変しそうな予兆がある場合には、気象に関する情報を収集するとともに、早めに中断し、避難等の対応を行うことが重要となります。

#### 1 避難に関する留意点

- ・建物の中、自動車、バス、列車の中等への素早い避難が求められる。
- ・軒先や外壁は雷の通り道になること等に注意する。
- ・近くに避難する場所がない場合は、しゃがみこむ等できるだけ姿勢を低くする。
- ・雷は高い場所に落ちやすい。立ち木に落ちると被害を受けるので、立ち木から離れたところに避難する。



#### 2 スポーツの再開

最後の雷鳴から30分が経過すれば、雷雲は去ったと判断できるので、スポーツを再開してもかまいません。20分でも概ね大丈夫ですが、確実性を重視するならば30分を基準とする。

## TOPICS

### グッドコーチに向けた「7つの提言」 (コーチング推進コンソーシアム、2016より)

- 1 暴力やあらゆるハラスメントの根絶に全力を尽くしましょう
- 2 自らの「人間力」を高めましょう
- 3 常に学び続けましょう
- 4 プレーヤーのことを最優先に考えましょう
- 5 自立したプレーヤーを育てましょう
- 6 社会に開かれたコーチングに努めましょう
- 7 コーチの社会的信頼を高めましょう

## 資料4 学習指導要領における位置づけ

学習指導要領では、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

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において，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・関心を深く追求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

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ものとする。(後略)

## 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
- 「スポーツ指導者のための倫理ガイドライン」平成28年6月 日本体育協会
- （公財）日本体育協会公認アスレチックトレーナー専門テキスト
- （公財）日本体育協会公認スポーツ指導者養成テキスト
- 「安全で充実した運動部活動のためのガイドライン」  
平成30年6月 千葉県教育庁教育振興部体育課
- 「いきいき運動部活動」平成25年8月 兵庫県教育委員会
- 「部活動顧問ハンドブック～児童・生徒の充実した学校生活の実現に向けて～」東京都教育委員会
- 「学校事故対応に関する指針」平成28年3月 文部科学省
- 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」平成30年7月 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」独立行政法人日本スポーツ振興センター
- 「雷から身を守るには」気象庁
- 「落雷事故対策マニュアル」埼玉県体育協会 埼玉県スポーツ科学委員会
- 「学校災害対応マニュアル（落雷・竜巻等突風 編）」平成26年5月 群馬県教育委員会
- 「学校危機管理マニュアル作成手引き【事例集編】」平成27年2月 松戸市教育委員会

## 松戸市運動部活動指導の指針作成委員

委員長	長沼 孝	校長（松戸市立和名ヶ谷中学校）
副委員長	鈴木 孝明	校長（松戸市立高木第二小学校）
委員	高橋 久枝	校長（松戸市立馬橋北小学校）
	岡本 弘次	教頭（松戸市立河原塚中学校）
	生島 剛	教頭（松戸市立古ヶ崎小学校）
	荒木 美穂	教頭（松戸市立根木内中学校）
	石原 健吾	教諭（松戸市立第一中学校）
	鈴木 里実	教諭（松戸市立東松戸小学校）
	高橋 剛	教諭（松戸市立第五中学校）
	真酒谷圭介	教諭（松戸市立小金小学校）
	金子 知行	前全国高体連競技専門部部長
	胡内 敦司	松戸市教育委員会審議監
	大谷 直樹	松戸市教育委員会保健体育課課長
	大久保美沙	松戸市教育委員会保健体育課指導主事
	多賀 大悟	松戸市教育委員会保健体育課指導主事
	小澤 英明	松戸市教育委員会指導課課長
	近藤 恭子	松戸市教育委員会指導課指導主事
監修	明石 要一	千葉敬愛短期大学学長
	柳澤 正敏	元松戸市医師会長、日本スポーツ協会スポーツドクター
事務局	中坂 正夫	松戸市教育委員会保健体育課課長補佐
	須川 直哉	松戸市教育委員会保健体育課主事