

## 平成30年度第2回本庄市総合教育会議 次第

日 時 平成30年11月13日（火）  
午後1時40分から2時40分（予定）  
場 所 児玉中学校

1. 開 会

2. 市長挨拶

3. 教育長挨拶

4. 議 題

（1）部活動の在り方について（意見交換）

（2）その他（当日の視察内容等について）

5. その他

6. 閉 会

### 【配布資料】

資料1：本庄市立中学校部活動方針の概要

資料2：平成30年度本庄市立中学校部活動部員数一覧

資料3：柔道部部活動関連書類一式

参考資料：本庄市立中学校部活動方針（全文）

# 本庄市立中学校部活動方針の概要

## 資料 1

### 本庄市教育委員会

本庄市教育委員会は、「国のガイドライン」に則り、「県方針」を参考に「本庄市立中学校部活動方針」を策定した。各学校においては、本方針に則り適切で効果的な部活動運営がなされ、スポーツや文化活動等を通して生徒の健全な成長が図られることを期する。

#### 1 学校の部活動の方針等の策定と公表について

- (1) 学校長は、本方針に則り「学校の部活動に係る活動方針」を策定する。
- (2) 部活動顧問は、年間の活動計画及び毎月の活動計画等を作成する。
- (3) 学校長は、上記(1)、(2)を学校のホームページへの掲載等により公表する。

#### 2 適切な指導及び事故防止について

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・外傷の予防や学校生活への配慮等を含む。）、事故防止（気象状況、活動場所の施設・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。

#### 3 休養日について

##### (1) 学期中

週当たり2日以上休養日を設けることとし、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。なお、平日の休養日の内の1日は校内統一の日とし、あらかじめ曜日を指定する。

週末に大会・コンクール等への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

長期休業中の休養日の設定は、学期中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、一定程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

なお、8月11日～16日及び12月29～31日、1月1日～3日は休養日とする。

#### 4 活動時間について

1日の活動時間は、各学校の下校時刻の厳守を前提に、長くとも平日（学期中）では2時間程度、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。

#### 5 その他

- (1) 定期試験前の一定期間に部活動休止日を設ける。
- (2) 朝練習については、朝練習の必要性、生徒の健康、保護者の理解等を考慮し、校長が適当と認めた場合は7時30分から30分程度行うことができる。
- (3) 校長が認めた大会等の前1か月の間における2週間に限り、休養日及び活動時間についての例外を認めることができる。

[ 学校総合体育大会、新人大会、通信陸上競技大会、埼玉県合唱祭（吹奏楽を含む）、  
全日本吹奏楽コンクール等（地区予選を含む） ]

## 平成30年度 本庄市立中学校 部活動 部員数一覧

平成30年10月調査 (1・2年生)

		本庄東中		本庄西中		本庄南中		児玉中		市立4中学校	
		合計	男女合計	合計	男女合計	合計	男女合計	合計	男女合計	合計	男女合計
陸上	男子	15	20	18	33	22	36	29	48	84	137
	女子	5		15		14		19		53	
ソフトテニス	男子	14	29	25	30	26	57	16	36	81	152
	女子	15		5		31		20		71	
サッカー	男子	22	22	19	19	30	30	16	16	87	87
	女子	0		0		0		0		0	
野球	男子	15	16	7	7	11	11	15	15	48	49
	女子	1		0		0		0		1	
バスケットボール	男子	5	22	11	20	12	24	21	35	49	101
	女子	17		9		12		14		52	
剣道	男子	7	19	4	8	8	13			19	40
	女子	12		4		5				21	
卓球	男子	14	34	14	40	30	43	21	32	79	149
	女子	20		26		13		11		70	
バレーボール	男子		15		14		9	18	29	18	67
	女子	15		14		9		11		49	
ソフトボール	男子								10	0	10
	女子									10	
柔道	男子	8	10			6	9	8	12	22	31
	女子	2		3		4		9			
体操	男子					9	22	0	16	9	38
	女子					13		16		29	
技術	男子	7	11							7	11
	女子	4								4	
吹奏楽	男子	0	21	2	16	0	34	1	17	3	88
	女子	21		14		34		16		85	
美術(芸術)	男子	3	13	0	14	4	20	2	35	9	82
	女子	10		14		16		33		73	
パソコン	男子			7	26	14	19	15	24	36	69
	女子			19		5		9		33	
各学校合計		232	232	201	201	308	308	301	301	1042	1042

※本庄西中野球部と上里北中野球部は合同チームで新人大会参加

スポーツ TOPICS

柔道「脱ブラック部活」始め!

全柔連が教員向け手引

1日休めは3日かかる「昭和の訂正否定」  
練習2時間・週休2日「推奨」

教員や子どもへの過度な負担が指摘される「ブラック部活動」からの脱却と、練習中の重大事故を防ぐため、全日本柔道連盟が部活動の教員向けに「指導手引」を作成した。中学生向けに推奨する練習スケジュールは1日の練習で週休2日。競技団体が率先して作った背景には、部員数減少への危機感もある。

「昭和の時代から言われていた謎の訓示『1日休むと取り戻すのに3日かかる』は運動生理学者、発育学者、心理学的に考えても理解できず、むしろ有害だ」と全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。「練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中

学1年と、中学2年以上に分けて練習メニューの原本を写真つきで提示したこと。中学1年では基本動作や受け身の練習に時間をかけ、上級生の練習を見学する「見取り稽古」の時間を設けるようにした。生徒の体力差や技量の差に配慮し、「無茶な、喋らない指導を心がける」と強調。そのため、2時間以

内での週休2日なのだ。勝利を優先した過度な練習が部員のけがや燃え尽き症候群を引き起こすだけでなく、教員にも負担になっていくと警告し、「他の学校はもっと長く練習している」などの周囲の声をブレイクし、やりから解放されたいと

「全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中

「全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中

内での週休2日なのだ。勝利を優先した過度な練習が部員のけがや燃え尽き症候群を引き起こすだけでなく、教員にも負担になっていくと警告し、「他の学校はもっと長く練習している」などの周囲の声をブレイクし、やりから解放されたいと

「全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中

「全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中

「全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中



指導を示す動きは、スポーツ界で広がっている。日本サッカー協会は7月、中学校部活動サッカー指導の手引を、ホームページに掲載した。週2日の休みをとり、季節によって日没時間と完全学校時間が早まることを前提に、「練習を複雑にしない」として、効果的に個人戦術、チーム戦術の練習ができるメニューを提示している。

中学校で多数の部員を抱えるバスケットボールやソフトテニスの競技部は、可成りの部員を擁している。

「全柔連は指導の手引の冒頭でこの訓示を批判した。練習量がすべて」といった言葉が蔓延している柔道界では斬新な内容だ。大きな特徴の一つは、中

【平成30年度】

# 柔道部活動の 指導手引き

公益財団法人 全日本柔道連盟

# I N D E X

## はじめに

<b>I</b> 本指導手引きのねらい .....	1
<b>II</b> 年間および週間活動計画 .....	3
1. 中学2年生以上年間練習計画	
2. 中学校1年生用練習計画	
3. 準備期・2年生以上の週間練習計画	
<b>III</b> 練習メニュー .....	4
1. 練習項目（目的、内容、配慮事項）	
2. 1日の練習メニュー例（1）鍛錬期・（2）試合期	
<b>IV</b> 効果的な練習方法、指導上の留意点 .....	10
1. 基本習得期の指導展開例	
<b>V</b> 初心者向けプログラム .....	16
1. 初心者の練習メニュー	
2. 初心者の投げ込み	
3. 大外刈りの指導手順例	
4. 初心者の練習プログラム	
5. 初心者の練習めあて	
<b>VI</b> 柔道部活動の安全管理 .....	31
1. 練習時の留意事項	
2. 練習環境の管理	
3. 怪我や事故の特徴と事例	
4. 緊急時の連絡体制	
5. 柔道部活動の安全管理	

---

## はじめに

運動部活動(以下、部活動)について、今日においては、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、学校や教師だけでは解決することができない課題が増えています。特に柔道部は昨今の柔道事故の問題や専門的に柔道経験のある先生の減少で全国的に部活動、部員数ともに大きく減少しています。

先生の中には、『私たちの「生きがい」「やりがい」は部活動です。』『やるからには試合に勝ちたい』『練習に土日はない』と思っている先生が多くいます。

その一方で『本音では「休みたい」「しんどい」「忙しい』』と声に出せない先生もいます。先生！ちょっと待ってください。先生にとって部活動も大事ですが、それ以外の授業、会議、保護者対応等多くの業務があります。部活に追われ教材研究の時間が取れない、家庭を顧みない、勝つための過度の練習、そして「前の先生はもっと親身に指導してくれた」「他の学校はもっと長く練習している」などの周囲の声やプレッシャーから解放されましょう。

部活動は学校教育の一環として行われるものです。部活動はスポーツの技能等の向上のみならず、生徒の生きる力の育成、豊かな学校生活の実現に意義を有するものとなることが望まれます。大会等で勝つことのみを重視し過重な練習を強いることなどがないようにすること、健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育むためのバランスのとれた運営と指導が求められます。生徒の全員がオリンピック代表になれるわけではありません。生徒全員が競技者を目指しているわけでもありません。その中においても部活動を通して生徒に夢を持たせることはできます。勝つことのみを目指すことのないよう、生徒が生涯にわたってスポーツに親しむ基礎を育むこと、発達の段階に応じた心身の成長を促すことに十分留意した目標や指導の方針を設定することが必要です。生徒たちが部活動の練習で疲れて授業に集中できなくなることがないように留意しましょう。

今一度、私たちのそして生徒たちの部活動を見直してみましょう。「部活動は毎日行うもの」「練習量が全てを決定する柔道」「少々きつくても歯を食いしばって頑張るもの」本当でしょうか？スポーツの意義や価値観、指導方法は年々変化進歩しています。例えば、昭和の時代は運動中に水分を取ることは厳禁でした。しかし今は運動中に水分摂取を行うのは当たり前、どの様に摂取するかが重要だと考えられています。スポーツ科学、スポーツの意義、価値、関心は大きく変化しています。私たちは社会そしてスポーツの進歩、変化に対応していく必要があります。

前述したように部活動は教育の一環です。教室だけでは見ることのできない子供たちの輝きや人間的な成長を見ることができます。専門家じゃないから、指導歴が浅いから、柔道は怪我が多いから…多くの不安を抱えている先生たちがいると思います。全日本柔道連盟はそんな先生たちと一緒に安全で楽しい、そしてやり甲斐のある柔道部の活動を創造し、先生たちを応援していくつもりです。先生が楽しんで部活動に取り組むからこそ生徒達も楽しんで一生懸命に取り組んでいくものだと思います。安全に留意し無理のない計画、内容で柔道部活動を実施していきましょう。

さあ一緒に取り組んでいきましょう！

---

## I 本指導手引きのねらい

スポーツ庁では、この度、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、地域や学校の実態に応じて、部活動が多様な形で最適に実施されるよう、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定しました。

部活動は生徒が自分の興味や関心に応じて自主的、自発的に活動する中で、それぞれの個性や能力を伸ばしたり、社会性や人間性を育む様々な経験を積んだり、子どもたちがスポーツに親しむ最も身近な活動の一つとして、子どもたちの体力向上はもとより、各競技の技術向上にも大きく貢献してきました。また、指導者にとっても教室での学習だけでは把握できない生徒への理解そして心の成長や仲間とのコミュニケーションなどの教育的な効果が期待できるものです。

しかし一方で、教育活動である部活動本来の姿を見失い、大会等で勝つことのみを重視した偏った指導や運営を行うと、怪我を引き起こすだけでなく、スポーツ障害やバーンアウトなど、心身両面で生徒の将来にまで深刻な影響を与える危険性があることも認識しなければなりません。

本指導の手引きは新たな「運動部活動ガイドライン」に則り、部活動の意義や目的を改めて確認するとともに、生徒にとっても、指導者にとっても、より安全で充実した活動となるよう、その運営や指導の在り方について示すものです。

構成内容としましては、

1. 「週間、年間スケジュールの立案」部活動は、学校教育活動の一環として教育課程との関連が図られるよう、学校全体で組織的に運営する必要があります。計画的で指導体制を整えるためにはしっかりとスケジュールの作成が不可欠となります。学校現場の行事、教育課程等を考慮した内容を記載しました。
2. 「練習メニュー例」部活動の内容を効果的に行うための練習メニュー例を提示しました。学校の環境によって様々な練習メニューが考えられますが標準的な参考メニューとして1回2時間程度の内容を提示しました。
3. 「効果的な練習方法、指導上の留意点」指導者自身の実践、経験にたよるだけでなく、最新の研究成果等を踏まえた科学的な指導内容、方法を積極的に取り入れることをねらいとしています。昭和の時代から言われていた謎の訓示「1日休むと取り戻すのに3日かかる」は運動生理学、発育発達、心理学的に考えても理解できません。この言葉は練習を休ませないようにするため指導者が方便として言っていた説が有力ですが、練習による体への負荷や、向上するために必要な技術練習の量は、それぞれの競技や分野によって多種多様です。種目に適した練習量、休養の取り方があるはずで、スポーツ科学的有効性と効果の知見をベースにした指導方法を示しております。
4. 「初心者向けプログラム」安全・安心（事故防止の徹底）の観点を主な構成としております。特に部活動加入期の数か月に傷害発生の危険性が高いために初心者に対するステップを踏んだ指導法（生徒の体力や技能レベルを考慮した指導の計画）に重点をおいております。
5. 「柔道部活動の安全管理」柔道部の活動を安全に取り組むために安全管理を徹底することは不可欠です。部活動において事故や怪我を0にすることを目指し、安全に配慮した環境整備や練習計画を実施し未然に事故を防ぐための内容

を提示しております。

柔道は直接的な身体接触が多く、常に怪我の危険と隣り合わせにあるため、生徒の安全を第一に考え、活動中はもちろん、用具の準備や準備運動などの事前の準備段階から事故防止と事故発生時を想定した対応まで、万全の体制づくりが必要です。本指導の手引きでは、多様な面で指導力を発揮できるよう、継続的に資質能力の向上を図ることが重要だと考えています。

また、柔道指導歴が浅い先生、柔道競技歴がない先生のためにワンポイントアドバイスの欄を設けました。そして安全指導・事故防止で特に留意する内容は◎印で示し、一目で注意すべき内容が理解できる内容になっています。

部活動は指導内容の科学的な根拠、ならびに安全確保について十分配慮し、これを生徒に対して理解させることによって、意欲ある主体的な活動の育成、生徒と十分な信頼関係を構築する事が重要です。この指導の手引そして全日本柔道連盟発行の「柔道部活動“安全で楽しい中学校部活動指導ガイドブック”」、「柔道指導のサイエンス～柔道授業や部活動に役立てるために～」、「柔道の安全指導（2015年第四版）」を活用し楽しく安全な教育活動としての部活動を展開していただければ幸いです。

本手引きの用語は学習指導要領記載の用語ではなく一般的に柔道の部活動で用いられている名称を用います。

かかり練習（以下、打ち込み）、自由練習（以下、乱取り）、約束練習（以下、投げ込み）

参考資料

# 本庄市立中学校部活動方針

平成30年10月

本庄市教育委員会

## 目 次

はじめに	2
I 部活動の位置づけ	3
II 教育委員会が実施する施策	3
1 本庄市立中学校部活動方針の策定	
2 外部指導者等の活用	
3 研修等の実施	
4 学校への支援等	
III 学校における適切な運営のための体制整備	4
1 部活動の方針の策定と公表	
2 指導・運営に係る体制の構築	
IV 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組	4
1 適切な指導の実施	
2 事故防止	
3 部活動用指導手引等の活用	
4 参加する大会等の精選	
V 休養日及び活動時間の基準	6
1 休養日	
2 活動時間	
3 その他	
VI 生徒及び保護者に対する配慮	7
1 部活動への所属	
2 生徒の主体性の育成	
VII 保護者との連携等	7
1 保護者との連携・協力による部活動運営	
2 会計及び経済的負担	

## はじめに

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り、各部の責任者(以下「部顧問」という。)の指導の下、学校教育の一環として、共通のスポーツや文化及び科学等に興味・関心を持つ生徒が集い、その能力・適性、興味・関心に応じた活動を通じて、技能や知識の習得を目指し、継続して努力し、充実感や達成感を味わう等、生徒が豊かな学校生活を送る上で大きな意義を持つ。

部活動は、生徒が学級や学年の枠を越えて、共通の目標を掲げた集団で切磋琢磨する中で、部顧問との関係や同学年の仲間や先輩、後輩との関係を学ぶ等、自主性・協調性・責任感・連帯感等が養われ、望ましい人間関係や社会的資質を培うために大切な活動である。

一方で部活動については、大会・コンクール等(以下、「大会等」という。)に向けた過度な練習による生徒の肉体的、精神的負担による健康や学業への影響、さらには教員の多忙化、負担の増大等が指摘されている。

国においては、平成28年6月、「学校現場における業務の適正化に向けて(通知)(28文科初第446号)」では、「適正・適切な休養を伴わない行き過ぎた活動は、教員、生徒ともに、様々な無理や弊害を生む」こと、「教員の勤務負担の軽減のみならず、生徒の多様な体験を充実させ、健全な成長を促す観点からも、休養日の設定の徹底をはじめ、部活動の大胆な見直しを行い、適正化を推進する」ことが示されている。

スポーツ庁では、平成30年3月、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、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し、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」(以下「国のガイドライン」という。)を策定した。

また、埼玉県では、平成30年7月、「国のガイドライン」に則るとともに、運動部に加え文化部も対象とした「埼玉県の部活動の在り方に関する方針」(以下「県方針」という。)を策定した。

本庄市教育委員会(以下「教育委員会」という。)は、「国のガイドライン」に則り、「県方針」を参考に「本庄市立中学校部活動方針」を策定した。各学校においては、本方針に則り適切で効果的な部活動運営がなされ、スポーツや文化活動等を通して生徒の健全な成長が図られることを期する。

平成30年10月  
本庄市教育委員会

## I 部活動の位置づけ

部活動の位置づけについて、中学校学習指導要領(平成 29 年改訂)においては以下のように示されている。ここに示すとおり、部活動は教育課程外に行われる学校教育活動であり、生徒の自主的、自発的な参加により行われるという特性を持つ。学校教育全体で目指す資質・能力の育成に資するよう教育課程との連携を図るべきこと、また、関係者との連携等を通じて部活動の持続可能な運営体制を整備すべきことが求められている。

中学校学習指導要領(平成 29 年 3 月告示)第 1 章第 5 の 1 のウ

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。

## II 教育委員会が実施する施策

### 1 本庄市立中学校部活動方針の策定

教育委員会は、「国のガイドライン」に則り、「県方針」を参考に「本庄市立中学校部活動方針」を策定する。

### 2 外部指導者等の派遣

教育委員会は、各学校の生徒や教員の数や校務分担の実態等を踏まえ、外部指導者等を派遣する。

なお、外部指導者等の派遣に当たっては、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、部活動の位置づけ、教育的意義、部顧問との連携、生徒の発達段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生時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研修を行う。

### 3 研修等の実施

部顧問等を対象とする指導に係る知識、実技及び技術の質の向上並びに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。

### 4 学校への支援等

学校における取組が徹底されるよう、適宜、支援及び指導・是正を行う。

### Ⅲ 学校における適切な運営のための体制整備

#### 1 部活動の方針の策定と公表

- (1) 校長は、「本庄市立中学校部活動方針」に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定する。また、各部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行うなど、その運用を徹底する。
- (2) 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等の日程等)並びに毎月の活動計画及び活動実績(活動日時・場所、休養日及び大会等の参加日程等)を作成し、校長に提出する。
- (3) 校長は、上記(1)、(2)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

- (1) 校長は、生徒や教員の数、外部指導者等の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教員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、適正な数の運動部・文化部を設置する。
- (2) 校長は、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、教員の他の校務分掌や、外部指導者等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。
- (3) 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、教員の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。
- (4) 校長は、教員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。

### Ⅳ 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) 校長及び部顧問、外部指導者等は、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。

部活動の指導において、部顧問、外部指導者等による以下<例>のような発言や行為は体罰等として許されないものである。

生徒間でも同様に許されないものであり、暴力行為やいじめ等の発生を防止することが必要である。

<例>

(ア) 殴る、蹴る等。

(イ) 社会通念、医・科学に基づいた健康管理、安全確保の点から認め難い又は限度を超えたような肉体的、精神的負荷を課す。

・長時間の正座・直立等特定の姿勢の保持や反復行為をさせる。

・熱中症の発症が予見され得る状況下で、給水、休憩等の配慮をすることなく活動をさせる。

- ・武道等において、相手の生徒が受け身をできないように投げたり、まいったと意思表示しているにも関わらず攻撃を続けたりする。
  - ・防具で守られていない身体の特定の部位を打突することを繰り返す。
- (ウ) パワーハラスメントと判断される言葉や態度による脅し、威圧・威嚇的発言や行為、嫌がらせ等を行う。
- (エ) セクシャルハラスメントと判断される行為や発言を行う。
- ・指導に当たり必要性や適切さを超えて身体接触を行う。
  - ・身体や容姿に係ること、人格否定的(人格等を侮辱したり否定したりするような)発言を行う。
- (オ) 特定の生徒に対して独善的に執拗かつ過度に肉体的、精神的負荷を与える。
- (2) 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。
- (3) 文化部顧問は、生徒が生涯を通じて文化・科学等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、それぞれの目標を達成できるよう、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。

## 2 事故防止

- (1) 校長は、施設・設備の定期的な安全点検を行い、事故の未然防止に努める。
- (2) 部顧問は、活動前及び活動後に、使用する施設・設備の点検を行うとともに、生徒にも安全確認を指導し、事故の未然防止に努める。
- (3) 部顧問は、部活動で使用する用具を適切に保管又は管理するとともに、生徒に用具の正しい利用及び管理について指導する。
- (4) 校長及び部顧問は、活動時期、活動時間及び活動場所の気温や湿度を把握し、活動時間の短縮や活動の中止などについて適切に判断する。その際、「熱中症情報(気象庁、一般社団法人日本気象協会)」、「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック(財団法人日本体育協会)」、「熱中症予防情報サイト(環境省)」などを活用する。
- 暑さ指数 WBGT 31℃以上(危険)または気温 35℃以上の場合は運動を中止する。
- (5) 部顧問は、部活動の活動時の天候に十分留意する。高温多湿下においては水分補給や休憩を適切におこなう。また、暴風、雷等の場合には部活動の中止の判断を的確に行う
- (6) 部顧問は、活動開始時に生徒の健康状態・疾病・傷病の状況などの健康観察を行い、健康状況を把握し適切に対応する。また、活動中も生徒の健康状態に常に留意し、体調がすぐれない生徒に対しては無理をさせず早期に対応する。
- (7) 部顧問は、生徒に対して自らの体調管理の重要性について指導する。
- (8) 部顧問は、事故が発生した場合、応急手当を施すとともに速やかに校長に報告する。
- 校長等は、事故の状況に応じて救急搬送を要請するなど必要な措置を迅速に講ずる。

### 3 部活動用指導手引等の活用

部顧問、外部指導者等は、県教育委員会が作成する指導手引や「運動部活動指導資料」、各スポーツ競技の国内統括団体等が作成する指導手引等を活用して、上記IV-1に基づく指導を行う。

### 4 参加する大会等の精選

大会等への参加については、生徒や部顧問の過度な負担とならない範囲とする。また、保護者の負担についても考慮する。

## V 休養日及び活動時間の基準

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、以下を基準とする。

### 1 休養日

#### (1) 学期中

週当たり2日以上の休養日を設けることとし、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。なお、平日の休養日の内の1日は校内統一の日とし、あらかじめ曜日を指定する。

週末に大会・コンクール等への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

長期休業中の休養日の設定は、学期中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、一定程度長期の休養期間〈オフシーズン〉を設ける。

なお、8月11日～16日及び12月29～31日、1月1日～3日は休養日とする。

### 2 活動時間

1日の活動時間は、各学校の下校時刻の厳守を前提に、長くとも平日(学期中)では2時間程度、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。

### 3 その他

(1) 定期試験前の一定期間に部活動休止日を設ける。

(2) 朝練習については、朝練習の必要性、生徒の健康、保護者の理解等を考慮し、校長が適当と認めた場合は7時30分から30分程度行うことができる。

(3) 校長が認めた大会等の前1か月の間における2週間に限り、上記V-1の休養日及び上記V-2の活動時間については例外を認めることができる。校長は認めるに当たっては生徒及び部顧問の負担等を十分配慮する。

なお、校長が認めるに当たっては、「教員特殊業務手当の支給対象となる対外運動競技等一覧」に掲げる大会等(予選を含む)及びこれに準じると校長が判断した大会等とし、多くとも年間5回までとする。

(4) 本基準によらず行った活動中の事故については、「学校管理下外」の活動となり日本スポーツ振興センターの災害補償給付の対象とならないことや国家賠償法の適用とならないことなどが

考えられ、部活顧問等の個人に責任が課せられる可能性があることに留意されたい。

## VI 生徒及び保護者に対する配慮

### 1 部活動への所属

- (1) 部活動は、教育課程外の活動として、生徒の自主的、自発的な参加により行われるものであり、その参加については、生徒一人ひとりの考えを大切にす観点から、所属については生徒の選択によるものとする。
- (2) 生徒の所属する部活動の変更又は退部については、生徒及び保護者の意向を踏まえて、柔軟に対応するものとする。
- (3) 部顧問他関係する教員は、生徒の部活動への所属又は変更に関する生徒及び保護者の意向を聞きながら、生徒一人ひとりの豊かな人間性や社会性を育む観点から、よりよい選択が行えるよう支援するものとする。

### 2 生徒の主体性の育成

- (1) 部顧問は、生徒が積極的に活動に取り組む雰囲気づくりや心理的な対応を心がけて指導する。
- (2) 部顧問は、大会等における成果を求めることに固執することなく、練習試合や他の学校との交流などを含めて、生徒一人ひとりが目標に向かって練習に取り組めるよう配慮する。
- (3) 部顧問は、協力して学ぶ力や仲間と困難を乗り越える力を身に付けるため、生徒同士が話し合いや学び合いを取り入れるなど指導法を工夫するとともに、リーダーを育成し、集団として生徒が主体的に活動に取り組めるよう配慮する。
- (4) 部顧問は、生徒間の暴力行為やいじめの防止のため、望ましい人間関係や人権感覚の育成を図れるよう配慮する。

## VII 保護者との連携等

### 1 保護者との連携・協力による部活動運営

部顧問は、適時、適切な情報提供等により、保護者の部活動に対する理解の促進に努める。  
また、保護者との信頼関係を築き、連携・協力による部活動運営に努める。なお、保護者にとって過度な負担とならないよう留意する。

### 2 会計及び経済的負担

- (1) 部顧問は、生徒会活動費等からの部活動費及び保護者から徴収した活動費等を適切に管理するとともに、その執行状況について校長に報告する。
- (2) 校長は、各部活動における会計の執行及び管理状況を確認する。
- (3) 部顧問は、保護者から徴収した活動費の執行状況について保護者に公表する。
- (4) 部活動に必要な物品のうち、生徒が個人的に使用する物品の購入については、保護者の過度な経済的負担とならないよう配慮する。
- (5) 会計を保護者会等が行っている場合も準ずる扱いとする。