

## は じ め に

運動部活動は、生涯にわたってスポーツに親しむ能力や態度を育て、体力の向上や健康の増進を図るだけでなく、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、異年齢の交流の中で、仲間や顧問等との人間関係の構築など多様な学びの場として教育的効果を発揮してきました。

しかしながら、少子化に伴う部員数の減少、指導経験のない教師の負担増、生徒のニーズの多様化など新たな課題が見られる中、文部科学省から平成31年3月に「学校の働き方改革を踏まえた部活動改革」が示されました。

そこで、生徒にとって望ましい持続可能な部活動と学校の働き方改革に係る体制の構築に向け、中・高等学校学習指導要領の改訂及び平成30年3月にスポーツ庁から示された「運動部活動の在り方に関するガイドライン」、平成31年3月に本県が策定した「鹿児島県部活動の在り方に関する方針」を踏まえ、合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進と運動部活動の指導における体罰等不適切な指導の根絶など運営の適正化を図るために生徒を中心に据えた持続可能な運動部活動の指導の実現に向け、「運動部活動指導の手引き」を改訂しました。

今後、「鹿児島県部活動の在り方に関する方針」を基に『運動部活動を持続可能なものにするための5つの提言～「生徒が主人公の運動部活動」をめざして～』の実現に向け、運動部活動の適切な推進が図られることを期待します。

令和4年3月

鹿児島県教育庁保健体育課

# 目 次

## はじめに

### I 鹿児島県部活動の在り方に関する方針

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| 1 適切な運営のための体制整備             | 1 |
| 2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組 | 3 |
| 3 適切な休養日の設定                 | 4 |
| 4 生徒のニーズを踏まえた部活動の環境の整備      | 5 |
| 5 学校単位で参加する大会の見直し           | 7 |
| 6 提言                        | 8 |

### II Q & A

|                     |    |
|---------------------|----|
| Q 1 部活動の位置づけ        | 9  |
| Q 2 指導者としての心構え      | 9  |
| Q 3 専門外の競技指導の配慮事項   | 9  |
| Q 4 外部指導者の依頼        | 10 |
| Q 5 練習計画作成の考え方      | 10 |
| Q 6 練習試合や大会参加の留意点   | 11 |
| Q 7 長期休業中の練習の進め方    | 11 |
| Q 8 合宿の留意点大         | 12 |
| Q 9 練習試合の配慮事項       | 13 |
| Q 10 望ましい人間関係の確立    | 13 |
| Q 11 保護者の理解         | 14 |
| Q 12 保護者とのコミュニケーション | 14 |
| Q 13 部活動経費運用の留意点    | 15 |
| Q 14 大会等参加の交通手段について | 15 |
| Q 15 日常の活動における事故防止  | 16 |
| Q 16 顧問不在時の対応       | 16 |
| Q 17 事故発生時の対応       | 17 |
| Q 18 スポーツ安全保健とは     | 19 |
| Q 19 ドーピングの防止       | 20 |

### III 資料

#### 通知文等

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| ・鹿児島児童生徒対外運動競技の基準                | 21 |
| ・児童生徒の対外運動競技における安全対策について         | 23 |
| ・児童生徒が参加する各種競技会・練習会等における安全対策について | 24 |
| ・中学校、高等学校の課外活動における運動部の充実について     | 26 |
| ・中学校・高等学校の運動部活動における適切な生徒引率について   | 28 |
| ・中学校・高等学校における運動部の事故防止について        | 29 |
| ・中学校及び高等学校における運動部活動について          | 31 |
| ・運動部活動の適切な運営について                 | 32 |
| ・運動部活動の適切な運営の推進について              | 33 |
| ・ハンドボール等のゴールの転倒による事故防止について       | 34 |

#### 様式等

|            |  |
|------------|--|
| ・学校の部活動方針例 |  |
|------------|--|

# 鹿児島県部活動の在り方に関する方針

鹿児島県教育委員会

平成31年3月

# 1 適切な運営のための体制整備

## (1) 部活動の方針の策定等

ア 市町村教委は、スポーツ庁及び文化庁のガイドラインに則り、本方針を参考に、「設置する学校に係る部活動の方針」を策定する。

イ 校長は、市町村教委の「設置する学校に係る部活動の方針」（県立学校においては本方針）に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」（以下「学校の方針」という。）を策定する。

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。

ウ 校長は、学校の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。

エ 市町村教委は、上記イに関し、各学校において部活動の活動方針・計画の策定等が効率的に行えるよう、簡素で活用しやすい様式の作成等を行う。なお、このことについて、県教委は、必要に応じて市町村教委の支援を行う。

## (2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 校長は、生徒や教員の数、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、教員の長時間勤務の解消等の観点から円滑に持続可能な部活動を実施できるよう、適正な数の運動部及び文化部を設置する。

イ 県教委及び市町村教委は、各学校の生徒や教員の数、外部指導者の活用状況や校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員の任用と学校への配置について検討する。

なお、部活動指導員の任用・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、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。

ウ 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、教員の他の校務分掌や、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。

エ 校長は、年間・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、生徒が安全にスポーツや文化芸術等の活動を行い、教員の負担が過度とならないよう、持続可能な運営体制が整えられているか等について、適宜、指導・是正を行う。

オ 県教委及び市町村教委は、部活動の指導者を対象とする指導に係る知識及び実技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。

カ 県教委、市町村教委及び校長は、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。

## 2 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

ア 校長及び部活動の指導者は、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。県教委及び市町村教委は、学校におけるこれらの取組が徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行う。

イ 部活動の指導者は、スポーツ医・科学の見地や生徒のバランスの取れた健全な成長の確保の観点から、トレーニング効果を得るために休養を適切に取ることが必要であること、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や、生徒の心身に負担を与え、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する。

ウ 部活動の指導者は、生徒の体力及び芸術文化等の能力を向上させながら、生涯を通じてスポーツや芸術文化等の活動に親しむ基礎を培い、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<sup>(5)</sup>することなく、それぞれの目標を達成できるよう指導する。

その際、競技種目・分野の特性等を踏まえた科学的（合理的でかつ効率的・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、目先の勝敗や技能向上、行き過ぎた勝利至上主義にとらわれることなく、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、スポーツや芸術文化等の多様な楽しみ方ができるよう配慮をする。

エ 部活動の指導者は、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。また、生徒自身が自分の体調等に応じた活動について部活動の指導者と意見の交換ができる雰囲気づくりを行う。

オ 部活動の指導者は、生徒主体のキャプテン（等）会議や各部活動ごとのミーティングを定期的に設けるなど、生徒の主体性を尊重し、生徒とともに学び合う関係性を構築し、生徒の健全な成長を目指した指導を行う。

### (2) 部活動用指導手引等の普及・活用

部活動の指導者は、中央競技団体や部活動に関わる各分野の関係団体等が作成する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の指導手引を活用して、2(1)に基づく適切な指導を行う。

### 3 適切な休養日等の設定

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、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、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結果や健全な心身の育成の意義も踏まえ、以下の(1)、(2)を基準とする。

#### (1) 休養日の設定

ア 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、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。)

イ 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、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設定する。

#### (2) 活動時間の設定

1日の活動時間は、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。

#### (3) 休養日・活動時間の運用について

ア 市町村教委は、1(1)に掲げる「設置する学校に係る部活動の方針」の策定に当たっては、スポーツ庁及び文化庁のガイドラインに則り、本方針を参考に、休養日及び活動時間等を設定し、明記する。また、下記イに関し、適宜、支援及び指導・是正を行う。

イ 校長は、1(1)に掲げる「学校の方針」の策定に当たっては、スポーツ庁及び文化庁のガイドラインを踏まえるとともに、市町村教委が策定した方針(県立学校においては本方針)に則り、各部活動の休養日及び活動時間等を設定し、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。

ウ 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、部活動共通、学校全体、市町村共通の部活動休養日を設定することや、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。

エ 部活動の指導の際は、熱中症事故防止の観点から、「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、万全の安全対策を講じる。

## 4 生徒のニーズを踏まえた部活動の環境の整備

### (1) 生徒のニーズを踏まえた部活動の設置

ア 校長は、部活動が生徒の自主的、自発的な参加に基づくものであることを踏まえ、次のことに留意し、適切な部活動の設置を検討する。

#### (ア) 運動部

校長は、生徒の1週間の総運動時間が男女ともに二極化の状況にあり、特に、中学生女子の約2割が60分未満であること、また、生徒の運動・スポーツに関するニーズは、競技力の向上以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等多様である中で、現在の運動部活動が、女子や障害のある生徒等も含めて生徒の潜在的なスポーツニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、顧問や活動場所等の確保など可能な範囲において、生徒の多様なニーズに応じた活動を安全に行うことができる運動部の設置について検討する。

#### (イ) 文化部

校長は、現在の文化部活動が、性別や障害の有無を問わず、生徒の多様な潜在的なニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、技能等の向上や大会等での好成績以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等生徒が参加しやすいような多様なレベルや多様なニーズに応じた活動を行うことができる文化部の設置について検討する。

#### 【具体的な例】

〔生徒のニーズを踏まえた部活動の例〕

- ・ 季節ごとに異なるスポーツや芸術文化等の活動を行う活動
- ・ 競技・大会志向でなく友達と楽しみながらレクリエーション志向で行う活動
- ・ 体力づくりを目的とした活動
- ・ 音楽、合唱、演劇、放送などを融合した合同部での活動等

〔部活動の設置を検討する際の配慮事項の例〕

- ・ 学校における部活動設置数は、生徒の安全な活動や部活動の指導者の負担軽減等を図るために複数の顧問を配置できるように考慮する。
- ・ 事故防止の観点から、使用する時間帯の調整等により安全な活動場所が確保できるように配慮する。

イ 県教委及び市町村教委は、関係団体・機関等と連携を図り、単一の学校では特定の競技の運動部又は分野の文化部を設けることができない場合には、生徒の部活動の機会が損なわれることがないように、複数校による合同部活動等の取組について検討する。

#### 【具体的な例】

- ・ 関係団体・機関等と連携を図り、拠点校を設置する。

ウ 校長は、部員数の減少等に伴い、大会等に出場する人数を満たさなくなった場合は、生徒の活動機会が損なわれることのないよう、複数校合同チームや合同練習などの取組について検討する。



## (2) 地域との連携等

- ア 県教委，市町村教委及び校長は，生徒のスポーツや芸術文化等の活動に親しむ機会を充実する観点から，学校や地域の実態に応じて，体育館，社会教育施設，文化施設の活用や地域の人々の協力や，スポーツ団体・芸術文化関係団体・社会教育関係団体等の各種団体との連携，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持続可能なスポーツや芸術文化等の活動のための環境整備を進める。
- イ 県教委及び市町村教委は，学校管理下ではない社会教育に位置付けられる活動については，各種保険への加入や，学校の負担が増加しないこと等に留意しつつ，生徒がスポーツや芸術文化等の活動に親しめる場所が確保できるよう，学校施設開放を推進する。
- ウ 県教委，市町村教委及び校長は，学校と地域・保護者が共に子供の健全な成長のための教育，スポーツ環境や芸術文化等の活動に親しむ機会の充実を支援するパートナーという考え方の下で，こうした取組を推進することについて，保護者の理解と協力を促す。
- エ 顧問及び部活動指導員は，年度当初の保護者会等を通じて担当する部活動に係る活動方針や年間の活動計画等について保護者等に理解と協力を得る。

## 5 学校単位で参加する大会等の見直し

- (1) 大会等の主催者は、4を踏まえ、参加資格の在り方、参加生徒のスポーツ障害・外傷の予防の観点から、規模もしくは日程等の在り方、ボランティア等の外部人材の活用などの運営の在り方等に関する見直しについて検討する。
- (2) 県中学校体育連盟及び市町村教委は、学校の部活動が参加する大会等<sup>(12)</sup>の全体像を把握し、週末等に開催される様々な大会等に参加することが、生徒や部活動の指導者の過度な負担とならないよう、大会等の統廃合等を主催者に要請するとともに、各学校の部活動が参加する大会数の上限の目安等を定める。
- (3) 校長は、県中学校体育連盟など県の部活動に関わる組織及び市町村教委が定める上記(2)の目安等を踏まえ、生徒の教育上の意義や、生徒や部活動の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。

# 提 言

部活動に関する方針案の策定にともない、運動部活動の指導における体罰等の不適切な指導の根絶など運営の適正化を図るため、生徒を中心に据えた持続可能な運動部活動の指導の在り方に係る方向性として、次のとおり提言します。

## 運動部活動を持続可能なものにするための5つの提言 ～「生徒が主人公の運動部活動」をめざして～

- 1 生徒の自主性を尊重し、生徒とともに、顧問も学ぶ合う関係性の構築に努めること。
- 2 これまでの経験と最新の知見を取り入れ、プレーヤーズセンタードの考え方<sup>(1)</sup>をもとに指導に努めること。
- 3 生徒がバーンアウト<sup>(2)</sup>することなく、それぞれの目標を達成できるよう責任を持った指導に努めること。
- 4 生徒の人権に配慮した適切な指導を行うものとし、体罰等は絶対に行わないこと。
- 5 「する・みる・支える・知る」のスポーツへの多様な関わり方の視点を重視し、豊かなスポーツライフを実現する資質や能力の育成を目指すこと。

平成31年11月  
部活動適正化推進検討委員会

(1) スポーツの主役はプレーヤーであり、指導者自身の考えを一方的にプレーヤーに伝えるのではなく、成長に導いていくコーチングを目指すこと。

(2) 燃え尽き症候群のこと：運動部活動では、スポーツ活動や競技に対するやる気を失い、燃え尽きたように体力と気力を使い果たし疲れ果て、スポーツ活動や競技が続けられなくなってしまうこと。