令和２年度伊丹市立荒牧中学校部活動に関する活動方針

１．本校の教育方針等

本校は、校訓『真 善 美』を具現化するため、『自主、自立、感謝の精神を抱き、未来を拓く生徒の育成』を学校教育目標に掲げ、学校教育におけるあらゆる教育活動を通して、豊かな心、確かな学力、健やかな体の育成に努めている。地域に信頼される学校であり、きちんとあいさつができ、意欲的で自立した生徒の育成を目指している。

２．本活動方針策定の趣旨等

本方針は、生徒にとって望ましい部活動の実施環境を構築するという観点に立ち、部活動が以下の点を重視して、地域、学校、分野、活動目的等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。

- 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む、「日本型学校教育」の意義を踏まえ、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること。
- 運動部においては、生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図ること。
- 文化部においては、生徒が生涯にわたって学び、芸術文化等の活動に親しみ、多様な表現や鑑賞の活動を通して、豊かな心や創造性の涵養を目指した教育の充実を図ること。
- 部活動が生徒の自主的、自発的な参加により行われるとともに、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組むこと。
- 「学校における働き方改革基本方針」（平成３０年８月伊丹市教育委員会）の視点から、学校全体として持続可能な部活動の指導･運営に係る体制を構築すること。

３．適切な運営のための体制整備

（１）活動計画及び活動報告の提出

部活動顧問は、毎月の活動計画及び活動報告（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。

（２）指導・運営に係る体制の構築

ア　生徒や教師の数、部活動指導員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、教師の長時間勤務の解消等の観点から、運動部については複数の顧問を配置する等、円滑に持続可能な部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置する。

イ　部活動顧問の配置に当たっては、部活動指導員及び外部指導者の配置状況を勘案した上で行う等、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。

ウ　毎月の活動計画及び活動報告の確認等により、各部活動の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツや芸術文化等の活動を行い、部活動顧問の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

４．適切な指導の実施

ア　部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理（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。

イ　部活動顧問は、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、技能等の向上や大会などでの好成績等、それぞれの目標を達成できるよう、分野の特性を踏まえた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、専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や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。

- 運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地から、トレーニング効果を得るために休養を適切にとることが必要であることや、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し、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。
- 文化部顧問は、生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から休養を適切にとることが必要であることや、過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化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し、生徒の芸術文化等の能力向上や、生涯を通じて芸術文化等に親しむ基礎を培う。

ウ　部活動顧問は、練習及び大会等の活動の前後に、個々の生徒の健康観察を行うとともに、活動中も生徒の動きや顔色等により健康状態を把握し、状況に応じて活動内容の変更や大会等への出場を見合わせ、休養を取らせる等、柔軟な指導を行う。

エ　部活動顧問は、予想される危険性の事前確認や用具・活動場所等の安全点検を徹底し、特に新入生については、経験が少なく器具等の扱いや活動内容についても不慣れなことから、安全に十分配慮した指導を行う。

【参考】※教職員･研修資料（４訂版）「いきいき運動部活動」（兵庫県教育員会）

〔指導方法の基本〕

①説明（言葉で教示）
②手本（動きを観察させてイメージ化）
③試行（繰り返して練習）
④評価（「もう少しこうすればさらに良くなる」（肯定的評価））

〔求められている指導〕

○　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
・激励や称賛を欠かさない

〔体罰が発生しやすい状況〕

○　このような時に

①試合に負けた時
②指示したプレーができなかった時
③生徒のプレーがダラダラしていると感じた時
④普段の生活指導で部員が従わない時

→ 指導者が感情的になった時

○　このような指導者に

①体罰による強制と服従で優れた競技者が育成できると信じている
②指導には体罰が必要と考えている
③指導での「愛の鞭」は許されると考えている
④士気を高め、良いプレーを引き出し、強い精神力を身に付けるには、体罰が必要であると考えている

→ 体罰が必要だと誤認している指導者

【参考】※教職員研修資料(改定版)「Ｎｏ！体罰」（兵庫県教育員会）

〔体罰に至らないための対処法〕

・高ぶった感情に流されて体罰に至らぬよう、ひと呼吸おいて先の行動を予見し、自己の感情をコントロールする。
・一人で抱え込むのではなく、複数の教職員で対応する。
・結果や現象面だけを見て判断・指導するのではなく、生活背景や実態の把握、問題行動に至る原因を考察し、生徒の内面に響く指導を心がける。

５．熱中症対策について

「環境省熱中症予防情報サイト」（http://www.wbgt.env.go.jp/）を参考に、部活動実施の有無について検討するとともに、実施する場合においては下記事項を遵守し、部活動中の熱中症事故防止の徹底に努める。

・環境省が示す「熱中症予防運動指数（WBGT）」を参考にする。
・活動する環境条件に応じて練習時間や内容の見直しを行う。
・「強制的な水分補給」と「個人の判断による水分補給」を併用し、適宜、水分補給を行わせる。（併せて適切な塩分補給に留意すること）
・こまめに休憩時間を設ける。
・原則として、顧問等が不在の場合は、練習を行わない。
・部活動の前後に健康観察を行い、下痢や発熱、疲労等体調の悪い者は無理に活動させない。
・活動中は、足のふらつきや筋肉痛、全身の倦怠感、めまい、吐き気、頭痛といった症状のサインに細心の注意をはらう。
・体調が悪くなった場合は、我慢をせず部活動顧問等に申し出させる。
・安全を最優先し、絶対に無理をさせない。
・「睡眠をしっかりとること」や「朝食を摂ること」等の指導を徹底する。

【参考】　※「環境省熱中症予防情報サイト」より抜粋

○日常生活に関する指針

温度基準（WBGT）	注意すべき生活態度の目安	注意事項
危険（31℃以上）	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒（28～31℃※）		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒（25～28℃※）	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は、定期的に十分に休息を取り入れる。
注意（25℃未満）	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険は少ないが、激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

※（28～31℃）及び（25～28℃）については、それぞれ28℃以上31℃未満、25℃以上28℃未満を示します。

日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針Ver.3」（2013）より

○運動に関する指針

気温（参考）	暑さ指数（WBGT）	注意すべき生活態度の目安	注意事項
35℃以上	31℃以上	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。特に子どもの場合は注意すべき。
31～35℃	28～31℃	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など、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℃	25～28℃	警戒（積極的に休息）	WBGT25℃以上では、熱中症の危険性が増すので、積極的に休息をとり、適宜水分・塩分を補給する。
24～28℃	21～25℃	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。
24℃未満	21℃未満	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。市民マラソンなどでは、この条件でも熱中症が発生するので注意。

（公財）日本体育協会「スポーツ活動時の熱中症予防ガイドブック」（2013）より

６．適切な休養日等の設定

ア　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、その他の食事、休養及び睡眠等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。

※運動部については、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※1）も踏まえた基準とする。

○　学期中は、週当たり２日以上の休養日を設ける。
（*平日は原則、○曜日*、土曜日、日曜日及び祝祭日（以下「休日」という）は少なくとも１日以上を休養日とする。）
※休日に大会等※2）への参加で休養日を設けられなかった場合は、休養日を他の日（平日も可）に振り替える。※3）
※平日の休養日については、各部活動毎にノー部活デーを設ける。

○　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、お盆や年末・年始等を利用し、その期間に加えて、その前後の期間に休養日を設定するなどして、生徒・運動部顧問の健康管理と地域・家庭とのコミュニケーションを図れるよう、ある程度連続した休養期間を設ける。

○　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（学期中の休日を含む）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。
※「活動時間」は、「移動時間」、準備・片付け・ミーティング等の「指導時間」を含まないこととする。
※大会等※2）や練習試合については、上記の限りではない。

○　大会１週間前の活動時間については、平日３０分程度までの延長を認める。

イ　部活動顧問は、上記の基準を踏まえるとともに、本方針に則り、休養日及び活動時間等を設定する。また、校長は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。

※１）「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ついて」[平成 29 年 12 月 18 日公益財団法人日本体育協会（団体名称を平成 30 年 4 月 1 日に「公益財団法人日本スポーツ協会」に変更）]において、研究等が競技レベルや活動場所を限定しているものではないことを踏まえた上で、「休養日を少なくとも１週間に１～２日設けること、さらに、週当たりの活動時間における上限は、１６時間未満とすることが望ましい」ことが示されている。

※２）運動部における「大会等」とは、中学校体育連盟、体育協会及び各種目の協会が主催する大会等とし、参加校のみで独自に企画された練習試合等は含まない。
また、文化部における「大会等」とは、吹奏楽連盟等が主催する大会や、コンクール、コンテスト、発表会等とする。

※３）休日に、地域等からの要請により参加する行事や催し等については、活動時間に含まないこととする。

７．「学校」「家庭」「地域」の連携

ア　少子化の進展に伴い、単一の学校では特定の分野の部活動を設けることができない場合には、生徒のスポーツや芸術文化等に親しむ機会が損なわれることがないよう、複数の学校による合同部活動の実施や、活動環境の整備、地域の指導者の育成等を図る。

イ　「より高い水準の技能や記録に挑みたい」、「学校の部活動にはない競技を行いたい」、「友達と楽しみながら芸術文化等の活動に親しみたい」等、生徒の多様なニーズを把握し、スポーツや芸術文化等の活動機会を確保できるよう、地域の人々の協力やスポーツ指導者の活用、学校外の関係団体等との連携を図る等、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。

ウ　学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のための教育、スポーツ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の下で、学校・家庭・地域が連携した取組を推進することについて保護者や地域の理解と協力を促す。

８．学校単位で参加する大会等の見直し

学校単位で参加する大会や合宿等について、生徒の教育上の意義や、生徒や部活動顧問の負担とならないことを考慮し、参加する大会等を精査する。また、教職員全体で共通理解を図る。