

# 上尾市立大石中学校の 部活動に係る活動方針

令和 7 年 4 月改訂  
上尾市立大石中学校

# 目 次

|                             |         |
|-----------------------------|---------|
| 1 適切な運営のための体制整備             | ・ ・ ・ 1 |
| （１）学校部活動の方針の策定              |         |
| （２）指導・運営に係る体制の構築            |         |
| 2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進       | ・ ・ ・ 1 |
| （１）適切な指導の実施                 |         |
| （２）部活動用指導手引等の普及・活用          |         |
| 3 適切な休養日等の設定                | ・ ・ ・ 3 |
| 4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備 | ・ ・ ・ 4 |
| 5 学校部活動の地域連携                | ・ ・ ・ 4 |
| 6 熱中症事故防止の徹底                | ・ ・ ・ 5 |

## 1 適切な運営のための体制整備

### (1) 学校部活動の方針の策定

- ア 校長は、市方針に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定する。
- イ 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、前記ア、イの年間の活動方針並びに毎月の活動計画及び活動実績等を学校のホームページ等への掲載により公表する。

### (2) 指導・運営に係る体制の構築

- ア 校長は、生徒や教師の数、アッピー部活動コーチ（※１）、アッピー部活動サポーター（※２）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円滑に学校部活動を実施できるよう「２人顧問制を維持できる部活動数」を限度として、部活動数を調整する。調整に当たっては、生徒が大会のみに参加する種目（柔道や新体操など）を担当する教師がいることについても考慮する。
- イ 校長は、教師を部顧問に決定する際は、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌や本人の抱える事情、アッピー部活動コーチやアッピー部活動サポーター等の配置状況等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を構築する。
- ウ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、学校部活動の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ・文化芸術活動を行い、教師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。
- ※１：「アッピー部活動コーチ」とは、部活動の顧問として技術的な指導を行うとともに、学校外での活動（大会・練習試合等）の引率や、生徒指導に係る対応等を行う部活動指導員である。
- ※２：「アッピー部活動サポーター」は、顧問の教諭等と連携・協力しながら部活動の技術的な指導や支援を行う外部指導者である。なお、校内に教員がいる場合、単独での指導を可能とする。（練習試合等に係る単独での引率は不可）

## 2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進

### (1) 適切な指導の実施

- ア 校長、部顧問、アッピー部活動コーチ及びアッピー部活動サポーター等は、学校部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害や文化部活動中の障害、外傷の予防、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）を徹底し、体罰・ハラスメントを根絶する。
- 特に運動部活動においては、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」を参照し指導を行う。

学校部活動の指導において、部顧問、アッピ一部活動コーチ及びアッピ一部活動サポーター等による以下（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。上級生、下級生等の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。
- ・身体や容姿に関わることや人格否定的（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。

イ 運動部活動の部顧問、アッピ一部活動コーチ及びアッピ一部活動サポーター等は、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等を正しく理解し、競技種目や各分野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、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

ウ 文化部活動の部顧問、アッピ一部活動コーチ及びアッピ一部活動サポーター等は、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等を適切に取ること、また、過度の練習が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し、各分野の特性等を踏まえた効率的・効果的な練習・活動の積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

エ 部顧問、アッピ一部活動コーチ及びアッピ一部活動サポーター等は、生徒の運動・文化芸術等の能力向上や、生涯を通じてスポーツ・文化芸術等に親しむ基礎を培うとともに、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、生徒とのコミュニケーションを十分に図った上で指導を行う。その際、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。

オ 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、生徒の休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

## （２）部活動用指導手引等の普及・活用

部顧問、アッピ一部活動コーチ及びアッピ一部活動サポーター等は、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又は部活動に関わる各分野の関係団体等が作成する指導手引等を活用して、２（１）に基づく指導を行う。

## ３ 適切な休養日等の設定

（１）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、以下の基準とする。

ア 学期中は、週当たり２日以上休養日を設ける。

（ア）平日は少なくとも１日以上を休養日とする。

（イ）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。また、部活動は、原則「土曜日に実施する」こととする。

※なお、日曜日は、ＡＧＥＯ地域クラブが学校施設を利用した地域クラブ活動を実施するため、学校部活動として学校施設を使用することはできない。

※週末両日ともに、大会等への参加のため活動した場合の休養日の振り替えは、原則として、翌週の週末に振り替えることとする。

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、学校部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、１週間（７日間）以上の休養期間（オフシーズン）を設ける。

※なお、長期休業中も、日曜日はＡＧＥＯ地域クラブが学校施設を利用した地域クラブ活動を実施するため、学校部活動として学校施設を使用することはできない。

ウ 平日の活動時間は、２時間を限度とする。また、朝練習は実施しないこととする。なお、下校時刻の限度を以下のとおり設定する。

【 ４月から新人体育大会まで 】午後６時００分

【 新人体育大会後から１月まで 】午後５時００分

【 ２月から３月まで 】午後５時３０分

エ 学校の休業日（学期中の週末を含む）の活動時間は、練習の場合は３時間、試合等の場合は、移動や待機時間等を含めず、３時間を限度とする。（大会・コンクール等に出場する場合を除く。）

オ 学校閉庁日は、休養日とする。但し、全国中学校体育大会に出場する場合は、この限りではない。

カ 祝日は、原則として、休養日とする。但し、大会・コンクール等に出場する場合や祝日が連続する場合を除く。また、土曜日が祝日となっている場合等は、翌日の日曜日と振り替えて、活動を行うことは差し支えない。

キ 学校行事の実施等による振替休業日は、休養日とする。

ク 平日、学校の休業日ともに、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。

（２）校長は、教育委員会が策定した本方針に則り、休養日及び活動時間等を設定し、公表する。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。

- (3) 校長は、学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前の一定期間等、各部共通、学校全体の部活動休養日（「ノー部活動デー」）を設けること等を検討する。

#### 4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

- (1) 校長は、学校の指導体制等において、技能等の向上や大会等で好成績を収めることを目指す活動のみならず、性別や障害の有無を問わず、気軽に友達と楽しめる、適度な頻度で行えるなど多様なニーズに応じた活動を行うことができる環境を整備する。

(例 運動部活動)

- ア 複数のスポーツや季節ごとに異なるスポーツを行う活動
- イ 競技志向ではなく、レクリエーション志向で行う活動
- ウ 体力づくりを目的とした活動
- エ 生徒が楽しく体を動かす習慣の形成に向けた動機付けとなる活動

(例 文化部活動)

- ア 体験教室などの活動
- イ レクリエーション的な活動
- ウ 生涯の有無や年齢等に関わらず一緒に活動することができるアートの活動
- エ 生涯を通じて文化芸術を愛好する環境を促進する活動

- (2) 校長は、少子化に伴い、単一の学校では特定の分野の学校部活動を設けることができない場合や、アッピ一部活動コーチやアッピ一部活動サポーター等が配置できず、指導を望む教員もいない場合には、生徒のスポーツ・文化芸術活動の機会が損なわれることがないように、当面、複数校の生徒が拠点校の部活動に参加するなど、合同部活動等を推進する。
- (3) 校長は、運動、歌や楽器、絵を描くことなどが苦手な生徒や障害のある生徒が参加しやすいよう、スポーツ・文化芸術等に親しむことを重視し、一人一人の違いに応じた課題設定や挑戦することを大切にすることや、過度な負担とならないよう活動時間を短くする等の工夫や配慮をする。
- (4) 校長は生徒の意思に反して強制的に加入させることがないようにするとともに、今後、その活動日数や活動時間を見直し、生徒が希望すれば、特定の種目・部門だけでなく、スポーツ・文化芸術や科学分野の活動や地域での活動も含めて、様々な活動を同時に経験できるよう検討する。

#### 5 学校部活動の地域連携

- (1) 校長は、部活動における地域連携の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ・文化芸術団体等との連携や民間事業者の活用等により、保護者の理解と協力を得て、学校と地域が協働・融合した形での地域におけるスポーツ・文化芸術の環境整備を進める。
- (2) 校長は、地域の実情に応じ、学校種を越え、高等学校、大学及び特別支援学校等との合同練習を実施するなどにより連携を深め、生徒同士の切磋琢磨や多様な交流の機会を設けることとする。
- (3) 校長は、地域で実施されている分野と同じ分野の部活動については、休日の練習を共同で実施するなど段階的に地域連携・地域移行を進める。休日に限らず、平日においても、できるところから地域のスポーツ・文化芸術団体等と連携して活動する機会を増やす。

- (4) 校長は、部活動だけでなく、地域で実施されている既存のスポーツ・文化芸術活動の内容等も生徒や保護者に周知するなど、生徒が興味関心に応じて自分にふさわしい活動を選べるようにする。

## 6 熱中症事故防止の徹底

令和5年8月4日付け上教指第932号のとおり、部活動における熱中症事故防止に万全を期す。

### (1) 気象条件に留意した計画と指導

ア 実施の期日や活動時間帯、内容などの計画を立てるに当たっては、熱中症警戒アラートの発令時や、暑さ指数(WBGT)が31以上の時、最高気温が摂氏(以下同様)

35℃以上の予報が出された場合や、活動中に35℃以上になった場合について基本的に中止を前提とした判断をするなど、生徒の安全確保を最優先とすること。

イ 暑さ指数(WBGT)が31未満の場合や、気温が35℃未満の場合でも、湿度や日差しの気象条件に注意を払い、休憩や水分補給を適切に行うなど予防策を講じること。

ウ 活動場所に温度計や湿球黒球温度計(WBGT測定器)を設置するなど、活動中の気温や湿度等の変化を確実に把握し、熱中症予防に努めること。WBGTは、温度や湿度などの複数の環境要素を合わせて測定していることを踏まえ、活動場所ごと、活動時間ごとに測定すること。

エ 暑さ指数(WBGT)の計測結果を記録すること。

オ 部活動を実施するに当たっては、気象状況に応じて活動時間を短縮することや休憩頻度を増やすことなどに配慮するとともに、生徒が無理に参加することのないよう配慮すること。

カ 部顧問やアピ一部活動コーチ等は活動前後、活動中、活動後の生徒の体調管理を確実に行うこと。

キ 活動後は、木陰や涼しい環境(エアコンのある教室等)で、生徒に水分補給をさせながら健康観察を行うこと。また、心身のクールダウンを図り、十分に休息時間を確保すること。

ク 室内等の活動では、学校環境衛生基準においては、教室等の温度は28℃以下であることが望ましいとされている。温熱環境は温度、相対湿度、気流等によって影響を受けるため、温度のみでなく、その他の環境条件や児童生徒等の健康状態も考慮した上で総合的な対応が求められる。空調設備が設置された教室では、空調設備を利用して室内の温度を適切に管理すること。また、空調設備が設置されていない教室等では、換気や扇風機等の使用を行った上で、適宜水分補給を行うよう指導すること。

### (2) 登下校や移動時の留意事項

ア 登下校や移動時も、自分の体調を確認し、こまめな水分補給や休憩をとることを生徒に指導すること。

イ なるべく複数で登下校や移動を行い、お互い水分補給等の声を掛け合い、体調が悪い場合は、躊躇なく近くの人に助けを求めることを指導すること。

ウ 部活動終了後も、生徒一人ひとり、全員の健康観察と体調を確認し、体調がすぐれない生徒等はすぐに帰宅させないこと。

エ 生徒が下校する際は、学校メール配信システム(さくら連絡網)で、部活動の終了及び下校の開始等について、保護者に連絡するなど、生徒が安全に下校できるよう配慮すること。