

# 学校部活動での指導ガイドライン

2023年度版  
宮城県気仙沼向洋高等学校

## 1 部活動の在り方の基本的な考え方

学校教育活動の一環として、スポーツや文化に興味と関心をもつ同好の生徒が自主的、自発的に参加することにより、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養等に資するも。

部活動における行きすぎた指導や過熱化しないよう、適切な休養日の設定や体罰・暴言の防止に努めること。指導・運営に関する体制が構築され、生徒のバランスの取れた健全な成長と教職員のワーク・ライフ・バランスの実現がなされること。

## 2 適切な休養日等の設定の基本的な考え方

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り、学習・部活動などの学校生活と、学校外の活動とを併せて充実したものとする事ができるよう、部活動の休養日等について具体的な基準を設ける。

### (1) 具体的な基準

#### ① 学期中の休養日の設定

○週1日以上休養日を設ける。(年間で105日程度)

※ただし、「ハイシーズン」はこの限りではない

#### ② 長期休業中の休養日の設定

○週1日以上休養日を設ける。

※ただし、「ハイシーズン」はこの限りではない

#### ③ 1日の活動時間

○平日の実質活動時間は2時間程度、休業日は実質活動時間を4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。

※ただし、「ハイシーズン」はこの限りではない

#### ④ 朝練習

○朝練習については自主的な活動で30分程度の運動・トレーニング等は良い。

※ただし、「ハイシーズン」はこの限りではない

### (2) 「ハイシーズン」の設定

①年間を通して様々な大会があるが、高等学校総合体育大会や新人大会、東北大会・全国大会、各種コンクールなど目標とする大会で力を発揮するためには技能を強化する時期が必要であり、上記の基準だけでは生徒・保護者のニーズに応えられない現状がある。

②したがって、このような時期は「ハイシーズン」として活動日を増やし、その分、それ以外の時期に休養日を十分に確保し、生徒の身体的な疲労の蓄積やバーンアウト(燃え尽き)を防止するとともに、部活動に対する意欲の維持、向上に努めることが大切である。

③その際には、恒常的にハイシーズンとならないように、生徒の教育上の意義、生徒及び顧問の負担軽減の観点から、参加する大会、コンクール等を精査する。

### 3 顧問による活動計画の作成

(1) 顧問は「学校の部活動に係る活動方針」を踏まえ、年間を見通した活動計画を作成して休養日を確保するとともに、保護者、外部指導者や部活動指導員(※)に説明し、理解を求める。

※ 部活動指導員は、学校教育法施行規則第78条の2に基づくもの

(2) 活動計画を作成するにあたっては、効果的・効率的な活動となるよう内容を精選するとともに、学校行事や学習への影響を考慮する。

(3) 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。

→ 休養日の設定日数を確認する際には、**別紙1**を参考にしてください。

→ 月間計画は、**別紙2**を参考にしてください。 ※ 月1回提出(毎月5日)

(別紙1・2の様式は、fフォルダ→ 06部活動→ **0620部活動でのガイドライン**→ からコピーして使用できます。)

### 4 教職員のワーク・ライフ・バランスの実現に向けて

(1) 教師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日文科科学大臣決定)」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、法令に従う。

(2) 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、教師の負担が過度とならないよう行う。

### 5 地域との連携等

生徒の活動環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域の文化・スポーツ団体との連携、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文化・スポーツ環境整備を進める。

また、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、生徒が文化・スポーツに親しめる場が確保できるよう、学校施設の開放を推進する。

### 6 部活動指導の手引

- |                |                      |
|----------------|----------------------|
| (1) 指導者として     | (2) 体罰等の禁止           |
| (3) 学校組織全体での指導 | (4) 活動計画の立案          |
| (5) 活動の充実      | (6) 事故防止対策等          |
| (7) 指導者間の連携    | (8) 地域(スポーツ少年団等)との連携 |

上記(1)～(8)については(fフォルダ→ 06部活動→ **0620部活動でのガイドライン**→

PDF宮城県教委育委員会部活動での指導ガイドライン P12～16を参照して下さい。

(附則)

- 1 この学校部活動での指導ガイドライン、平成31年4月1日から運用する。