

## ○ 「十和田市運動部活動の方針」策定の趣旨

本方針は、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年3月 スポーツ庁）及び「運動部活動の指針」（平成30年12月 青森県教育委員会）に則り、本市の実情を踏まえ策定する。

学校における運動部活動は、学校の教育活動の一環として、各運動部の責任者【以下「運動部顧問」という。】の指導の下、スポーツに興味・関心のある同好の児童生徒が参加して行われている。異年齢との交流の中で、部員同士や児童生徒と教師等との好ましい人間関係が構築され、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、児童生徒の多様な学びの場として、教育的意義が大きい活動である。

本市の運動部活動は、長年にわたる顧問の指導にかける情熱と献身的な取組により、児童生徒の体力の向上はもちろんのこと、他者を尊重し協働する精神や、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培うなど、豊かな人間形成を育む基礎を担っている。

また、スポーツ分野で活動している本市関係者などは、児童生徒の「夢・希望・志の実現」のためのよき道標となっている。

さらに、本県では2025年に国民スポーツ大会が開催されることとなっており、競技力向上を図るといった観点とともに、「する、みる、支える、知る」等のスポーツとの多様な関わり方の観点に立ち、児童生徒が生涯にわたってスポーツに親しむ基盤づくりに努めていくことが求められる。

しかし、全国的な少子化に伴い、本市においても運動部活動及びスポーツ少年団に所属する児童生徒数の減少が危惧されるとともに、運動部活動においては、従前と同様の運営体制では維持が難しくなっている。また、全国的には運動部活動における行き過ぎた指導や過熱化による児童生徒の心身の負担や、指導する教職員多忙化等の課題が指摘されている。

児童生徒が生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育む基盤として、運動部活動を持続可能なものとするためには、本方針をもって、学校、保護者、地域、関係機関及び関係団体等が一体となって、望ましい運動部活動の実現に向けて取り組む必要がある。

十和田市教育委員会は、本方針を踏まえ、各校種ごとに運動部活動の指導・運営に関する体制が構築され、児童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を目指す。

なお、本方針は随時見直しを図り、必要に応じて改訂していくものとする。

## ○ 本方針策定の目的

- (1) 運動部活動を通して、知・徳・体の調和のとれた人間性豊かな児童生徒を育てること。
- (2) 運動部活動を通して、児童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すること。
- (3) 運動部活動を通して、児童生徒の豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を図るとともに、児童生徒のバランスのとれた心身の成長と充実した学校生活を実現させること。
- (4) 運動部活動が児童生徒の自主的・自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図りながら、合理的でかつ効率的・効果的に運営されること。
- (5) 学校全体として、望ましい運動部活動の指導・運営に係る体制を構築し、教職員がより児童生徒に向き合えるとともに、より適切なワーク・ライフ・バランスの実現を図ること。

## 1 適切な運営のための体制整備

### (1) 運動部活動の方針の策定等

#### ア 活動方針の策定

校長は、本方針に則り、毎年度、「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定する。

#### イ 活動計画及び活動実績の作成

運動部顧問は、当教育委員会の示す様式又は同じ要件を満たす様式により、年間の活動計画（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 方針及び計画等の公表

校長は、上記ア・イの活動方針、活動計画等を参観日での説明や学校通信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

#### ア 運動部の適正な数の設置

校長は、児童生徒や教職員の数を踏まえ、指導内容の充実、児童生徒の安全の確保、教職員の長時間勤務の解消等の観点から、円滑に運動部活動を実施できるよう適正な数の運動部を設置する。

なお、設置に当たっては、今後の児童生徒数の推移や地域の実情等を踏まえ、児童生徒、保護者や地域の関係者との合意形成を図りながら、将来を見据えた取組を推進する。

#### イ 運動部顧問の決定

校長は、運動部顧問の決定に当たり、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教職員の他の校務分掌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。

#### ウ 部活動指導員の任用・配置に係る体制構築

十和田市教育委員会は、各学校の運動部活動の指導・運営状況等を把握するとともに、状況等に応じて、部活動指導員の任用・配置に必要な体制づくりに努める。

#### エ 活動内容や状況等の把握

校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認により、各運動部の活動内容を把握し、児童生徒が安全にスポーツ活動を行い、運動部顧問の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

また、小学校におけるスポーツ少年団の活動についても、児童の健康面や安全面への配慮から活動状況の掌握に努める。

#### オ 外部指導者の任用と指導状況・内容の把握

校長は、運動部顧問による指導のみでは活動目的の達成が困難と判断される場合、外部指導者を任用することができる。外部指導者の任用に当たっては、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、児童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、児童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児童生徒、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確認を行う。

#### カ 活動方針及び活動計画等の共通理解

校長は、必要に応じて自校の運動部活動の活動方針及び活動計画等について、教職員、保護者、外部指導者等が共通理解を図る機会（運動部活動連絡会等）を設定する。

#### キ 積極的な研修会等の通知及び情報提供

十和田市教育委員会は、スポーツ指導に係る知識及び実技の向上並びに運動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会等の通知及び情報提供を積極的に行う。

#### ク 運動部顧問の業務改善及び勤務時間管理等

十和田市教育委員会及び校長は、教職員の運動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係る運動部活動に関する明確な基準の設定等について（平成 30 年 2 月 28 日付け青教ス第 1 0 7 8 号）」を踏まえ、法令等に則り、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 運動部活動の実施に当たっては、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年3月 スポーツ庁）及び「防災・安全の手引」（平成26年3月 県教育委員会）に則り、児童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。

十和田市教育委員会は、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・助言を行う。

イ 運動部顧問は、児童生徒の体力及び運動能力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむための基礎を培うことができるよう、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ことに努める。

また、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、指導を行うことに努める。

### (2) 運動部活動用指導手引の活用

運動部顧問は、中央競技団体が作成する運動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)に基づく指導を行う。

### 3 適切な休養日等の設定

#### (1) 休養日及び活動時間の基準

運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある児童生徒が、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、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も踏まえ、以下を基準とする。

##### 【小学校】

- ア 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。(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。)
- イ 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。
- ウ 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いで行う。
- エ 児童が十分な休養をとることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度の休養期間(オフシーズン)を設ける。
- オ 1日の活動時間は、平日、週末ともに長くても2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。

##### 【中学校】

- ア 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、週末は少なくとも1日以上を休養日とする。)
- イ 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。
- ウ 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いで行う。
- エ 生徒が十分な休養をとることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度の休養期間(オフシーズン)を設ける。
- オ 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。
- カ 主要な大会等の時期を「ハイシーズン」として活動できることとするが、その分、それ以外の時期に休養日を十分確保する。

#### (2) 休養日及び活動時間等の設定等

校長は、本方針に則り、各運動部の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各運動部の活動内容及び運動部活動顧問の時間外労働の状況を把握し、適宜、指導・是正を行う等、運用の徹底を図る。

なお、休養日及び活動時間の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後等の一定期間、運動部共通、学校全体の部活動休養日を設けることや、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。

#### 4 児童生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備

##### (1) 児童生徒のニーズに応じた運動のできる活動の推進

###### 【小学校】

###### ア 児童の多様なニーズに応じた活動を行うことができる環境づくりの推進

指導者は、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の基礎を培うとともに、健全な心身を育み、よりよい人間形成を図るための運動部活動の観点に加え、少子化に伴う統廃合等により、地域によっては児童がやりたいスポーツを主体的に選択できなくなっている現状や運動機会そのものが失われていく可能性を鑑み、誰でも、友達と楽しめたり、適度な頻度で行えたりする活動等、児童の多様なニーズに応じた活動を行うことができる環境づくりを推進する。

具体的な例としては、より多くの児童の運動機会の創出が図られるよう、季節ごとに異なるスポーツを行う活動、競技志向でなく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等、児童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ものが考えられる。

###### イ 地域の実情を踏まえた取組等の検討

十和田市教育委員会及び校長は、児童数減少や指導者確保の困難さ等の地域の実情を踏まえ、複数学区にまたがるスポーツ活動への参加や総合型地域スポーツクラブとの連携等の可能性を探るよう努める。

###### 【中学校】

###### ア 生徒の実態に応じた活動の工夫

指導者は、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育む基盤としての運動部活動の観点から、競技力向上以外にも、生徒の実態に応じた活動を行うよう、内容等を工夫する。

具体的な例としては、より多くの生徒の運動機会の創出が図られるよう、季節ごとに異なるスポーツを行う活動、競技志向でなく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等、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ものが考えられる。

###### イ 地域の実情を踏まえた取組等の検討

十和田市教育委員会は、生徒数減少や指導者確保の困難さ等の地域の実情を踏まえ、生徒のスポーツ活動の機会が損なわれることがないよう、各種団体に関して情報提供を行う。

## (2) 地域との連携等

### ア 運動部活動連絡会等の組織づくり及び運営等の整備

校長は、教職員、保護者、外部指導者等が共通理解を図る機会（運動部活動連絡会等）を活用するなど、運動部活動の組織づくりや運営等の整備に努める。

### イ 関係機関及び団体等の積極的な連携

十和田市教育委員会、十和田市体育協会、競技団体及びその他のスポーツ団体は、運動部活動及び総合型地域スポーツクラブ、スポーツ少年団等の児童生徒が所属する地域のスポーツ団体に関する事業等について、役割や実施主体を明確にしながら、学校と地域が協働・融合した形での地域のスポーツ環境の充実を推進するとともに、必要に応じて、運動部顧問等に対する研修等、スポーツ指導者の質の向上に関する取組において積極的に連携する。

### ウ 適切な学校体育施設開放事業の推進

十和田市教育委員会は、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、児童生徒がスポーツに親しめる場所が確保できるよう、学校体育施設開放事業を推進する。

### エ 保護者及び地域への働きかけ

十和田市教育委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に児童生徒の健全な成長のための教育、スポーツ環境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、保護者と地域の理解と協力を促す。

## 5 学校単位で参加する大会等の見直し

- (1) 校長は、運動部が参加する大会・試合の全体像を把握し、様々な大会・試合に参加することが、児童生徒や運動部顧問の過度な負担とならないことを考慮した上で、参加する大会等を精査する。
- (2) 十和田市教育委員会は、各校の運動部が参加する大会・試合の全体像を把握することに努め、児童生徒や運動部顧問の過度な負担とならないことを考慮した上で、必要に応じて、各校が参加する大会等について指導・助言を行う。



## 6 スポーツ傷害の予防と応急手当

### (1) スポーツ傷害の予防

スポーツ傷害はスポーツ外傷とスポーツ障害に大別される。

スポーツ外傷：比較的大きな 1 回の外力によるものであり、骨折、脱臼、靭帯損傷、捻挫などが含まれる。

スポーツ障害：スポーツに特徴的な反復動作により組織の炎症・破綻を生じ、スポーツ活動に支障をきたすもので、野球肘、テニス肘、ジャンパー膝、疲労骨折などが該当する。

スポーツ傷害の予防、悪化防止には次のようなことに配慮することが大切である。

#### ○ 予防のための配慮事項

- ① ウォーミングアップとストレッチングを十分に行わせる。
- ② うさぎ跳び、膝を伸ばした状態での腹筋運動、無理に押さえ付けて行う柔軟体操などの障害を引き起こしやすいトレーニングは避ける。
- ③ 不調の早期発見に努める。

以下に示す練習メニュー等の例の詳細については、青森県教育委員会が策定した「運動部活動の指針」を参照の上、児童生徒の傷害を予防する。

- ア ウォーミングアップとストレッチング
- イ ストレッチングの基本的な進め方
- ウ クーリングダウン
- エ テーピング
- オ メディカルチェック
- カ アライメントチェック

(2) スポーツ傷害等に対する応急手当

スポーツ中にけがをした場合には、まず全身状態の把握をすることが大切である。意識状態、呼吸の乱れがないかなどを素早くチェックする。

意識障害、呼吸障害などを認めた場合は、直ちに心肺蘇生処置を行うとともに、救急搬送を依頼する。

全身状態に異常がない場合には、応急手当として、次のようなことを実施することが必要になってくる。いわゆる RICE (ライス) である。詳細については、青森県教育委員会策定の「運動部活動の指針」を参照の上、児童生徒の傷害に対する応急手当を行う。

ア RICE 処置

- R … 安静 (Rest)
- I … 冷却 (Ice)
- C … 圧迫 (Compression)
- E … 挙上 (Elevation)

イ けがの対応

※ 創傷、捻挫、骨折、脱臼、打撲に関する応急手当

