

南丹市部活動 ガイドライン

令和6年2月

南丹市教育委員会

はじめに（本ガイドライン策定の趣旨等）

スポーツ庁及び文化庁では、運動部活動及び文化部活動の在り方に関する、それぞれのガイドラインを統合した上で全面改定し、「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方に関する総合ガイドライン」として、令和4年12月に策定された。

その中で、学校部活動の適正な運営や効率的・効果的な活動の在り方とともに、新たな地域クラブ活動を整備するため必要な対応について、国や府の考え方が提示された。その部活動改革の第一歩として、休日の部活動について段階的な地域移行を進めていく。

南丹市教育委員会では、令和元年7月に改定した「南丹市部活動指導指針」の学校部活動における指導指針により、適切な休養日や活動時間等が明確に設定されるようになり、生徒の生活や成長の面からも改善が図られてきた。学校部活動は、学級や学年の枠を超えて生徒が組織し、活動を展開することにより自己肯定感を高めたり、仲間や教師（顧問）等との好ましい人間関係の構築を図ったり、自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成したりする場として大変有意義な活動と言える。また、生徒のよりよい学校生活を一層促進し、生徒や保護者の学校への信頼や期待をより高めるとともに、学校全体における一体感の醸成にもつながるものとして、人間形成の観点からも大きな役割を果たしてきている。

本市でも少子化が進み自校に活動したい部がなかったり、チームとして成立しない部も出てきていることから、学校部活動の意義を継承しつつ、国や府の動きを受けて、今後の部活動の在り方について議論を重ねてきている。また、教職員の部活動の地域移行に関する意識調査を令和4年12月に実施する中で、部活動の意義については、ほとんどの教員が肯定的なとらえ方をしている一方で、朝練習は73%の顧問が実施しているものの約半数が長時間勤務にもなり負担感を感じていたり、休日の部活動は、約9割の部が実施しているが、専門的技術や知識を有しない教職員にとっては、技術指導面での精神的な負担が大きいことなどが改めて明確になった。

そこで、南丹市の実態に即した地域移行を実現するために、まずは、教職員の負担になっている休日の部活動は一定の制限を設け、朝練習は原則実施しないこととし、従来から行ってきた「全員入部制」については取り止めることとした。そして、南丹市部活動地域移行在り方検討協議会を中心に、南丹市独自の考え方を含めて議論を進めてきている。市内中学生の学校部活動について、原則的には平日は学校で活動を行い、休日に地域でも活動ができるよう、チームスポーツから順次その活動体制を整えていく。まずは生徒の部活動が担保できるよう学校部活動をベースに、「南丹市チーム」として市内で合同練習を行うことから始める。そこに地域の指導者も徐々に関わっていく形で、地域と連携して段階的な地域クラブ活動に向けて進めていく方向で、従来の部活動指導指針を改定して「南丹市部活動ガイドライン」を策定する。

目 次

I 学校部活動について

1 指導の在り方

- (1) 部活動の入部 1
- (2) 練習時間・休養日の設定
 - ア 適切な練習時間と休養日
 - イ 長期休業中の休養日
 - 練習時間と休養日の参考資料 2
- (3) 活動計画 3
- (4) 適切な指導
- (5) 体罰・ハラスメント行為の防止
 - ア 体罰の禁止
 - イ ハラスメント行為等の禁止
- (6) 安全管理と事故防止
 - ア 安全管理体制の確立と怪我・事故等の防止
 - イ 施設・設備・用具等及び健康・気候の安全管理

2 部活動マネジメントの確立

- (1) 指導体制の確立 4
 - ア 顧問の指導上の留意点
 - イ 顧問の複数配置等
- (2) 安全管理と事故防止 5
 - ア 安全管理体制の確立と怪我・事故等の防止
 - イ 施設・設備・用具等及び健康・気候の安全管理
- (3) 部活動指導員（外部指導者）の留意事項
 - ア 部活動指導員の役割
 - イ 外部指導者 6
- (4) 大会の精選・大会運営及び業務の関わり方
- (5) 家庭及び地域等との連携

II 地域クラブ活動の体制づくり

1 学校における部活動改革の必要性

(1) 部活動の意義・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7

(2) 部活動の課題

(3) 改革の必要性

2 南丹市中学校部活動の実態と基本的な考え方

(1) 生徒数の推移

(2) 実態

(3) 基本的な考え方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8

3 体制の構築と環境整備

(1) 指導体制の整備

ア 学校の設置者及び校長の役割

イ 「南丹市チーム」の考え方

(2) 教職員の兼職兼業・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9

(3) 会費の適切な設定と保護者負担の軽減

(4) 保険の加入

4 その他

I 学校部活動について

「学習指導要領 総則 第5学校運営上の留意事項 1 ウ」から

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化、科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行い、持続可能な運営体制が整えられるようにする。

1 指導の在り方について

部活動指導においては、体育系・文化系を問わず、生徒が学習をはじめとする学校での活動と家庭での生活がバランスよく行えるよう、練習や大会参加等を計画的に設定・管理するとともに、指導方針・活動計画（年間・月間）を作成し、校長からの活動承認を受けることが重要である。

(1) 部活動の入部

学校部活動は、生徒同士の学年を超えた繋がりや好ましい人間関係の構築、自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成する場として大変有意義な活動であることから、積極的な入部を推奨する。しかし、学習指導要領にも記載されている通り、「生徒の自主的・自発的な活動」であるため、強制的に入部させることはしない。

(2) 練習時間・休養日の設定

ア 適切な練習時間と休養日

医・科学の研究成果を積極的に習得し、成長期にある生徒のスポーツ障害・外傷やバーンアウト等を予防するため、練習時間・休養日の設定については、生徒の心身の状態を的確に把握し適切に設定することが重要である。種目特性や練習内容、大会や発表会等の予定を考慮しながら、合理的でかつ効率的・効果的な練習を行うよう設定する。

- ① 平日の練習は、長くとも2時間程度とする。
- ② 朝練習は、原則実施しないこととするが、校長の判断で実施も可能とする。
- ③ 土・日曜日及び祝日に実施する場合は3時間程度とする。
- ④ 休養日は、週当たり土・日曜日を含む2日以上設定することとし、大会及び発表会等への参加などで土・日曜日の両日も活動した場合は、他の曜日で確保する。

イ 長期休業中の休養日

学期中に準じた扱いをするとともに、ある程度長期のまとまった休養日を設け、生徒に十分な休養を与える。また、長期休業中の練習については、土・日曜日及び祝日に実施する場合に準ずる。

(参考) [練習時間]

医・科学的な視点

1週間に16時間以上のトレーニングを行うと、医療ケアを必要とするスポーツ障害のリスクが高まる。

～アメリカ臨床スポーツ医学会(2014年)『ジュニア期のスポーツ障害とバーンアウトに関する声明』～

ジュニアアスリートの心身の回復という観点からは、少なくとも週に1、2日はスポーツ活動を全く行わない休養日を設けること等を提言している。

～米国小児科学会(2007年)『ジュニアアスリートにおけるスポーツ障害、オーバートレーニングとバーンアウトについて』～

※ 休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること、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と示されています。

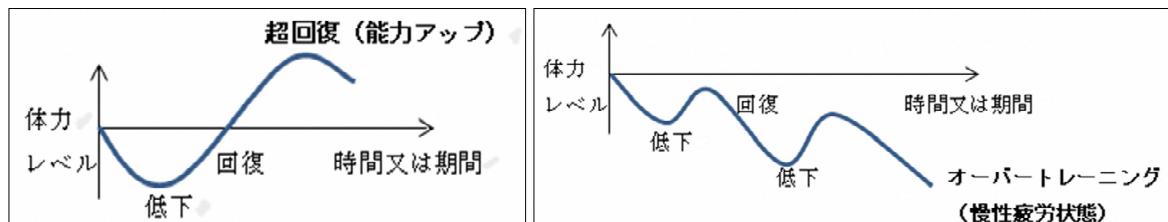
(参考) [休養日]

超回復

休養を適切に取り、完全に疲労等が回復すると、能力はただ元に戻るだけでなく、前の状態よりも高いレベルに回復する性質がある。

オーバートレーニング

疲労が完全に回復しないまま継続すると、慢性疲労状態に陥り、能力が低下する。



フィットネス-疲労理論

「期分け(ピリオダイゼーション)」の概念の長期的、中期的、短期的な考え方をもとに、アスリートのパフォーマンス発揮は、トレーニング効果と疲労の差によって定義づけられる。

疲労は、各トレーニング後に生じるが、トレーニング直後に最大となり、時間の経過とともに減少していく。一方、フィットネス(トレーニング効果)もまた、トレーニング後に生じる。フィットネスは、練習後急激に、またはより長い期間を経て得ることができる。このフィットネスもまた、時間とともに減少していくが、その減少度よりも疲労回復の方が早く、より高いパフォーマンスが発揮できるようになる。

※ 適切な休養は、体力向上はもとより、リフレッシュにより心身のバランスを保ち、学習や日常生活における意欲増進に繋がることは言うまでもありません。

※ (参考)は京都府部活動指導指針より

(3) 活動計画

- ア 部活動運営の理念や目的、目標を示した上で、年間行事から長・中・短期的目標を立案し、練習や試合、発表会、イベント等の活動計画について、年間・月間の計画表を作成して、管理職による事前の承認を受ける。
- イ 活動計画については、生徒が学習をはじめとする学校での活動と家庭での生活がバランスよく行えるよう、年間を通して、1年間を試合期、充実期、休息期等に分けてプログラムを計画的に立てるとともに、参加する大会や発表会等を精選する。

(4) 適切な指導

- ア 発達の個人差や女性特有の健康問題（エネルギー不足、無月経、骨粗しょう症等）について、正しい知識を持ち指導に当たる。
- イ 定期テスト前には一定期間部活動を停止し、生徒が学習に集中できるよう配慮する。
- ウ 大会やコンクール等で勝つことのみを重視し、過重な練習を強いることなどがないようにする。
- エ 少子化や生徒の多様なニーズに対応し、多くの生徒が部活動を行える機会を設ける。

(5) 体罰・ハラスメント行為の防止

部活動は、閉鎖的な状況での活動となりがちであるが、生徒の自主的な活動であることを踏まえて実施されるべきものであり、指導者の個人的な考えや方針により不適切な活動にならないように十分留意しなければならない。

体罰・ハラスメント行為を防止するため、指導者は生徒との関係が支配、被支配の関係になる危険性があることを常に意識し、日常の活動を通じて、生徒とのコミュニケーションを密に図りながら信頼関係を構築しなければならない。

ア 体罰の禁止

体罰は、学校教育法第11条で明確に禁止されている行為であるとともに、生徒に対する人権侵害であり、いかなる理由があろうとも許されるものではない。更には、直接受けた生徒のみならず、その場に居合わせ、目撃した生徒の後々の人生にまで肉体的、精神的に悪い影響を及ぼすという認識を持つことが大切である。

- ① 部活動において、指導と称して殴る・蹴ること等はもちろん、懲戒としての体罰も禁止である。
- ② 生徒の人間性や人格の尊厳を損ねたり、否定するような発言や行為は許されない。

イ ハラスメント行為等の禁止

① セクシュアル・ハラスメント

指導者と生徒の人間関係の中で、親しさ等のつもりの発言や身体的接触などが、生徒を不快にさせる性的言動となる場合があり、不快に感じるか否かは、生徒によって個人差が見られることから、指導者の言動を生徒自身がどのように感じ、捉えるかが非常に重要であることを指導者は常に認識しておかなければならない。

② **パワー・ハラスメント**

指導者と生徒の人間関係の中で、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、また、身体や容姿に係ること、人格否定的（人格等を侮辱したり否定したりする）な発言等はあるべきではない。

2 部活動マネジメントの確立

(1) 指導体制の確立

校長は、校内に部活動について検討することができる委員会等を設置し、部活動数の精選や顧問配置、部活動の意義、運営や指導の在り方、各部活動の活動内容等について検討するとともに、生徒の健康状態、心身の発達状況等について情報交換や共有する場を整え、共通理解のもと指導できる体制を構築する。また、本ガイドラインに則り、校内で確認した「学校の部活動に係る活動方針」及び「活動計画」等を公表（学校のホームページ等）するとともに、活動状況の把握を行う。

ア 顧問の指導上の留意点

- ① 顧問は、部活動の運営方針や指導者自身の指導理念を一方向的に押しつけるのではなく、生徒との意見交換等を通じて、生徒の多様な運動部活動へのニーズや意見を把握し、生徒の主体性を尊重しつつ、各活動の目標、指導の方針を検討、設定する。
- ② 効果的な指導に向けて、自分自身のこれまでの実践や経験に頼るだけでなく、指導の内容や方法に関して、大学や研究機関等での医・科学的な理論や科学的根拠等の研究成果を積極的に収集・理解し、指導において活用する。
- ③ 必要に応じて、技術的な指導や援助等について、スキルアップコーチの活用を検討する。

イ 顧問の複数配置等

- ① 主として指導する顧問に過度の負担が生じないように部活動の活動状況に応じて、顧問の複数配置を可能な限り行う。
- ② 部活動が指導者の個人的な考え方や方針による閉鎖的で不適切な活動にならないよう複数顧問を配置し、管理職や他の教職員が適切な指導や助言が行えるよう校内体制を整え、開放的な活動にする。
- ③ 顧問の複数配置により、部活動指導における事故発生時等の対応について、危機管理マニュアルに基づいた応急処置や関係機関への連絡体制など、適切かつ迅速な対応をする。
- ④ 校長は、顧問の長時間勤務の解消等の観点から、複数顧問による連携やスキルアップコーチ（京都府における部活動指導員等の総称）の活用により、適正な勤務時間管理を行う。

(2) 安全管理と事故防止

ア 安全管理体制の確立と怪我・事故等の防止

- ① 計画的な活動により、各生徒の発達の段階や体力に係る疲労状況や精神状況、技能の習得状況等を適切に把握し、無理のない練習となるよう留意し、事故等の未然防止を徹底する。
- ② 他の部活動と活動場所を共有する場合は、顧問（指導者）間の連携等により、生徒同士の接触・衝突の回避や球技等では防球ネットの配置など、安全対策を講じる。
- ③ 怪我・事故等が起こった場合の医療機関・関係者等への連絡体制の整備や心肺蘇生法（AED 設置状況及び使用方法等）など、危機管理マニュアルに基づき対応する。
- ④ 生徒のみで活動することのないようにし、やむを得ず直接練習等に立ち会えない場合は、他の部活動の顧問等と連携・協力した上で、あらかじめ安全面に十分に留意した活動内容や方法を生徒に指示するとともに、活動内容や状況を把握する。
- ⑤ 部活動指導員のみで指導に当たる場合であっても、ケガや事故等は日本スポーツ振興センター等、学校管理下の扱いとする。

イ 施設・設備・用具等及び健康・気候の安全管理

- ① 関係の施設、設備、用具等の定期的な安全確認を徹底する。
- ② **熱中症対策**
 - 生徒個々の健康状態は常に変化するので、常に十分な健康観察をするとともに、体調の異変を感じた場合はすぐに申し出ることができる状況を作る。
 - 高温多湿時の練習や大会において、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得、参加生徒の適切な選抜、観戦者の軽装や着帽等、生徒の健康管理を徹底するとともに、練習を見合わせたり、大会の延期や見直し等、柔軟な対応をする。
 - 「暑さの指数（WBGT）」を確認した上で、活動の可否を判断する。なお、数値が「危険範囲（31 以上）」に達した場合は、運動は原則中止とする。
 - 熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期の水分・塩分の補給や体温の冷却、病院への搬送等、適切な対応を徹底する。
- ③ **気象変化対策**
 - 落雷（雷探知機の活用）、突風、竜巻、雹（ヒョウ）などの急激な気象変化の情報を収集し、早めに避難させるなど生徒へ被害が及ばないように配慮する。

(3) 部活動指導員（外部指導者）の留意事項

ア 部活動指導員の役割

- ① 部活動指導を統括し、生徒への直接的な指導を行う。部活動顧問と同等の指導ができる者として、土・日曜日を含む練習の単独指導、大会参加生徒の単独引率、必要に応じた大会運営に係る業務（審判、事務）等を行う。
- ② 学校教育に関する知識を持ち、技術的な指導ができる者を任用することから教員免許等を有していることが望ましい。
- ③ 学校の設置者及び学校は、部活動指導員に対し、技術指導、生徒指導、生徒の発達段階等に関する研修を実施する。また、各関係団体との連携のもと、各種目に関する内容、指導法に関する研修についても実施する。

イ 外部指導者

校長の統括管理のもと、顧問の教諭と連携・協力しながら技術的指導及び補助等を行う。

(4) 大会の精選・大会運営及び業務の関わり方

校長は、教育的意義、生徒及び顧問の心身への負担軽減の観点から、参加する各種大会等を精査するとともに、顧問の大会運営及び業務の関わり方についても、日常の校務等に支障をきたさない範囲の運営体制を整える。

(5) 家庭及び地域等との連携

各部活動における活動方針や活動計画（年間・月間）等を明確にし、入部時や保護者会等で生徒や保護者に十分に説明し、理解や協力を得る。また、定期的に保護者会等を実施し、学校からの様々な情報提供や保護者のニーズを把握するなど、互いに情報共有をすることにより、部活動の運営や指導の改善、生徒の状況把握等に努める。更には、地域等の各種関係団体や組織へ情報発信を積極的に行い、理解や協力を十分に得る。

学校の設置者及び学校は、学校の実態に応じ、スキルアップコーチ等を適切に配置すること。なお、スキルアップコーチは、学校の目標や方針等を踏まえた適切な指導を行うとともに、学校との連携を深め、相互に情報共有しながら指導すること。

学校及び顧問は、指導をスキルアップコーチに任せきりとせず、相互に情報共有し、連携を密にして指導すること。また、指導において必要な時には、スキルアップコーチに対して適切な指示を行うとともに、指導や健康管理において地域のスポーツドクターやトレーナー等の専門的な地域人材等とも連携しながら部活動を運営していく視点をもつこと。

II 地域クラブ活動の体制づくり

1 学校における部活動改革の必要性

(1) 部活動の意義

- ア 生徒のスポーツ・文化芸術に親しむ機会を確保する。
- イ 生徒の自主的・主体的な参加による活動を通じ、責任感・連帯感を涵養する。
- ウ 生徒同士や生徒と指導者との好ましい人間関係を構築する。

(2) 部活動の課題

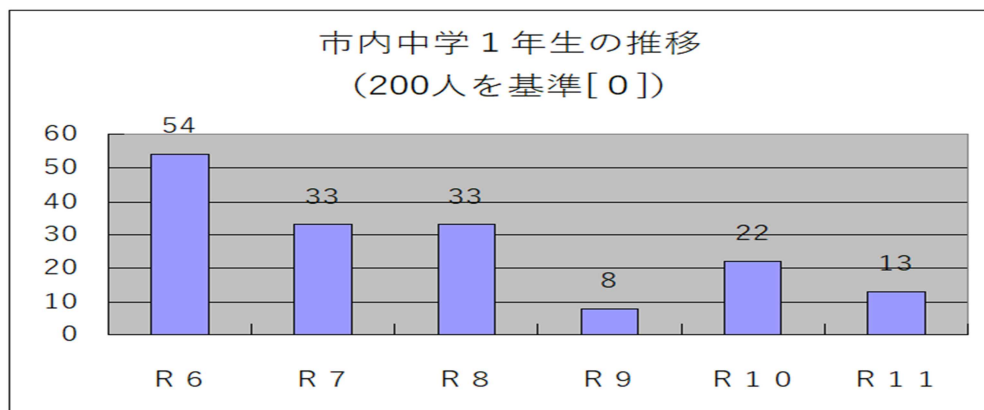
- ア 少子化の進展により、従前と同様の学校単位での体制での運営が困難で、学校や地域によっては、その存続が厳しい状況である。
- イ 必ずしも専門性や意思に関わらず、教師が顧問を務める指導体制の継続は、学校の働き方改革が進む中、より困難になってきている。

(3) 改革の必要性

- ア 少子化が進む中でも、将来にわたり生徒がスポーツ・文化芸術活動に継続して親しむ機会を確保する。
- イ 「地域の子供たちは、地域で育てる」という意識の下、地域のスポーツ・文化資源（指導者や受け入れ団体等）を最大限活用し、生徒のニーズに応じた多様で豊かな活動を実現する。
- ウ 生徒のみならず、地域住民にとってもより良いスポーツ・文化芸術の環境整備を行うことで、スポーツ・文化芸術による「まちづくり」を実現する。

2 南丹市中学校部活動の実態と基本的な考え方

(1) 生徒数の推移



※左のグラフは、令和 5 年度時点での市内の小学校に在籍している児童数である。

(2) 実態

- ア 1校だけで団体（チーム）が成立しない部があり、また自校に入部したい部がない状況で、他の部に入部している生徒もいる。
- イ 学校は部活への加入を推奨し、そのほとんどが何らかの部に入部しているが、地域のクラブチーム等で活動する生徒もいる。
- ウ 地域で中学生を指導する指導者や、中学生を受け入れることができる組織が限定的である。

- エ 南丹市が非常に広範囲なため、活動場所への移動手段や方法を考えると、家庭の時間的・経済的負担が大きい。
- オ 現存するスポーツ少年団等の指導者も、休日を返上してチームの指導に当たっている現状があり、「中学生まで指導することは困難」という声が多い。
- カ 教員に対するアンケート結果から、兼職兼業の制度ができた場合、休日の部活指導への意欲について、肯定的に回答した教員は全体の30%、逆に否定的な回答は42%（令和4年度調査）であった。

(3) 基本的な考え方

- ア 市内中学校の生徒数は、今後も減少していくことを踏まえ、中学校での部活動が成立しにくくなることが予想されるため、令和7年度までに生徒の活動が保障できるよう体制を整える。（地域指導者の確保、教員の兼職兼業の整備 等々）
- イ 学校教育で担ってきている部活動の教育効果を確保するとともに、部活動を地域に移行した場合でも、それを継続できるよう十分連携を図る。
- ウ 全て子どもたちに平等に活動機会を保障することを基本にしつつ、各家庭の経済状況が部活動への参加に影響を与えないよう可能な限り工夫する。

2 体制の構築と環境整備

(1) 指導体制の整備

- ア 学校の設置者及び校長の役割（令和元年度南丹市部活動指針から引用）
 - ① 円滑に部活動を実施できるよう、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団等の地域のスポーツ団体との連携、保護者の理解と協力、スキルアップコーチの任用・配置を積極的に促進するなど、地域におけるスポーツ環境整備を進める。
 - ② 生徒が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、地域の人々の協力、社会教育施設及び文化施設の活用、芸術文化関係団体及び社会教育関係団体等と連携、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ども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芸術文化等の活動のための環境整備を進める。
 - ③ 地域クラブ活動として活動する場合も、指導の在り方やマネジメント等の全てについて、学校部活動のガイドラインを遵守できるよう調整を進める。

イ 「南丹市チーム」の考え方

学校部活動から地域クラブ活動へ休日の活動から移行していく方向性が示されたが、南丹市の現状として、どの部であっても一気に地域クラブ活動への移行は困難な状況にある。しかし、生徒数の減少は進んでいく中で、「南丹市チーム」として活動できる状況を担保することで、自校だけでチーム編成ができない場合でも活動できるようにする。

- ① 南丹市チームとしての活動は、学校管理下の学校部活動と同様とする。
- ② 南丹市チームは、個人で大会等に出場できる種目を除き、チームでのみ競技・活動する種目を対象とする。(野球、サッカー、バレーボール、バスケットボール、吹奏楽)
- ③ 部活動指導員を徐々に増やし、地域クラブ活動として活動できる条件を整えば移行していく。

(2) 教職員の兼職兼業 (※京都府の方針に則って方向性を示す予定)

- ア 地域クラブ活動での指導を希望する教師が、円滑に兼職兼業の許可が得られるよう規定や運用の改善を行う。
- イ 教育委員会が兼職兼業の許可をする際には、本人の意思を尊重して参加を強いらることがないように十分確認するとともに、業務への影響や健康への配慮も含めて、校長の事前確認等、検討して許可する。
- ウ 地域クラブ活動の指導者として雇用する際には、居住地や異動、退職しても該当教師が指導を継続する意向の有無等を踏まえて、継続的・安定的に指導者が確保できるよう留意する。
- エ 服務監督をする教育委員会は、地域の団体と連携して雇用者の適切な労務管理に努める。

(3) 会費の適切な設定と保護者負担の軽減

- ア 地域クラブ活動として活動する場合は、生徒や保護者、地域住民の理解を得つつ、活動の維持・運営に必要な範囲で、可能な限り低廉な会費を設定するとともに、参加費用等も含めて可能な限り保護者の負担軽減に努める。
- イ 地域クラブ活動の実施主体は、公正かつ適切な会計処理を行い、関係者に対する情報開示を適切に行う。

(4) 保険の加入

個人的に他校の部活動に参加したり、地域クラブ活動として活動する場合は、保護者による送迎とし、生徒自身の怪我を補償する保険や個人賠償責任保険等に加入して活動するよう促す。

5 その他

本ガイドラインは、今後の各種通知や社会の情勢等により、関係者間で協議し、適切に改定を加えていく予定である。

附則

このガイドラインは、令和6年4月から実施する。