

# 利尻町立学校における部活動ガイドライン

令和元(2019)年12月

利尻町教育委員会

## 目次

はじめに	P 1
1. 適切な運営のための体制整備	P 3
2. 合理的かつ効率的・効果的な活動の推進	P 5
3. 適切な休養日等の設定	P 7
4. 生徒のニーズを踏まえた環境の整備	P 9
5. 学校単位で参加する大会等の見直し	P10
6. 部活動の充実に向けて	P11
おわりに	P12

## はじめに

- 部活動は、生徒が自主的・自発的な参加のもとで、スポーツや文化活動等に親しみ、目標をもって取り組むことにより、学習・活動意欲の向上をはじめ、責任感や連帯感の涵養など、生徒の多面的成長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必要があります。
- また、部活動は、異年齢交流のなかで、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築や自己肯定感の高揚につながるなど、多様な学びや経験の機会として教育的意義が高いものと認識されています。
- 一方、部活動を実施する上では、生徒の生活面や身体面などへの影響を考慮し、適切な休養日や活動時間の設定により、けがの防止や心身のリフレッシュを図る必要があります。さらに、部活動だけではなく、多様な人々との触れ合いや様々な体験機会など、バランスのとれた生活や心身の成長への配慮も必要です。
- また、教師が、健康でいきいきとやりがいをもって勤務しながら、学校教育の質を高められる環境を構築するためには、教師の部活動指導における負担が過度にならないよう配慮し、部活動が持続可能なものとなるよう、合理的でかつ効率的・効果的に行われることが強く求められています。
- このようななかで、スポーツ庁は、平成30(2018)年3月に「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定、また、文化庁は、同年12月に「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」(以下「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」及び「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を「国のガイドライン」という。)を策定しました。
- こうした動きを受け、北海道では、国のガイドラインに則るとともに、広域性や気候などの地域特性及び学校の部活動の実態などを踏まえ、平成31(2019)年1月に、運動部活動・文化部活動を一体的に網羅する「北海道の部活動の在り方に関する方針」(以下「道の方針」という。)が策定されました。
- 利尻町教育委員会は、国のガイドラインに則るとともに道の方針を参考と

して、持続可能な部活動の在り方について、本町の地域性や各学校の実態を踏まえた「利尻町立学校における部活動ガイドライン」を策定することとしました。

- 本ガイドラインは、義務教育である中学校部活動を主対象に、部活動が地域や学校、競技種目や分野、活動目的などの多様性があるなかでも、最適に実施されることをめざすものとします。
- さらに、部活動は、生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであることから、部活動への参加を義務づけたり、活動を強制したりすることがないように留意するものとします。

## 1. 適切な運営のための体制整備

- (1) 部活動の方針の策定等
  - ア 利尻町教育委員会は、今日的課題に対応しつつ、望ましい部活動のあり方を追求するため、国のガイドラインに則るとともに北海道の方針を参考として、本町の地域性や各学校の実態も踏まえ、本ガイドラインを策定します。
  - イ 校長は、本ガイドラインのもとに、「学校の部活動に係わる活動方針」を毎年度策定するとともに、部活動に関わる相談・要望対応窓口を校内に設置します。
  - ウ 校長は、上記イの「活動方針」、「相談・要望窓口」の担当、連絡先等を学校のホームページや学校だよりなどにより公表します。
  - エ 校長は、各部の責任者（以下「部活動顧問」という）に対し、年間活動計画（活動日、休養日、参加予定大会の日程等）、毎月の活動計画、及び活動実績（活動日時・場所、休養日、大会参加日等）の作成・提出を求めます。あわせて、毎月の活動計画に示した活動の開始・終了時間の遵守を指示するとともに、計画を変更する場合には、あらかじめ校長の承認を得るよう指導します。
  - オ 校長は、上記エに掲げた各部活動の年間活動計画、毎月の活動計画、及び活動実績等をもとに、教師や生徒の負担が過度とならないよう、持続可能な運営体制が構築されているかの観点などから、必要に応じて指導・是正を行います。

カ 校長は、部活動顧問に対し、当該顧問が年間活動計画や毎月の活動計画、活動全般及び大会出場等に要する経費等に関する資料（部活動通信等）を配布するなどして、活動方針とともに、保護者・生徒の理解を得るよう努めることのほか、部活動顧問自身や生徒・保護者の負担が過度とならないよう指導します。

## (2) 指導・運営に関わる体制の構築

ア 校長は、生徒や教師の人数、部活動指導員等の配置状況を踏まえ、指導内容の充実（部活動顧問の専門性等を含む）、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消などの視点から、円滑かつ持続可能な部活動の実現に向けて、適正な数の部を設置します。

イ 校長は、部活動顧問の決定にあたって、校務全体が効率的・効果的に実施される必要があることに鑑み、可能な限り、部活動ごとに複数の顧問を配置するなど、学校全体としての適切な指導・運営・管理に関わる体制が構築されるよう考慮します。

ウ 校長は、生徒指導の視点に立った部活動運営に努めるとともに、部活動を顧問任せにすることなく、学校全体に開かれたものとするよう、活動状況や生徒の状況等を情報交換・共有する機会（部活動顧問会議等）を定期的に設けます。

エ 利尻町教育委員会は、学校の規模や部活動の実施状況などを踏まえ、部活動指導員の配置希望状況などの把握のもとに、必要に応じてその配置に努めます。

オ 利尻町教育委員会は、部活動顧問に対して、指導に関わる知識や実技の質的向上をはじめ、いかなる場合も生徒の人格を傷つける言動や体罰は許されないことの徹底のほか、部活動の運営方法や指導方法等の理解を深めるための研修等の機会を設けるとともに、学校管理職を対象に、部活動の適切な運営に関して実効性の確保を図ることを目的とした会議等を開催します。

カ 利尻町教育委員会及び校長は、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)」や「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り組みの徹底について(平成30年2月9

日付け 29 文科初第 1437 号)、「利尻町立学校における教職員の働き方改革推進プラン(平成 31 年 4 月)」を踏まえるとともに、関係法令等に則り、随時、業務改善や勤務時間管理などに努めます。

## 2. 合理的かつ効率的・効果的な活動の推進

### (1) 運動部活動における適切な指導の実施

ア 校長及び運動部顧問は、部活動の実施にあたって、生徒の体調変化や気象条件などの環境変化に十分留意するとともに、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」に則り、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取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の徹底に努めます。利尻町教育委員会は、これらの取り組みが学校において徹底されるよう、学校保健安全法(昭和 33 年法律第 56 号)等も踏まえ、適宜、支援や指導・是正を行います。

イ 校長は、運動部顧問に対し、次のことについて指導・徹底します。

- 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は、休養を適切に取ることが必要であること。
- 過度の練習が、スポーツ障害や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などを正しく理解すること。
- 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ことができるよう、生徒との十分なコミュニケーションを図ること。
- 生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上など、それぞれの目標を達成できるよう、競技種目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に努めるとともに、適切な休養とあわせて、短時間であっても効果的な指導を行うこと。
- 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も連携・協力し、発達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こと。

※注「バーンアウト」～強い使命感や責任をもって、活動していた人が意欲を失った状態。燃え尽き症候群。

## (2) 文化部活動における適切な指導の実施

ア 校長及び文化部顧問は、部活動の実施にあたって、生徒の体調変化や気温・湿度などの環境変化に十分留意するとともに、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)や体罰・ハラスメントの根絶を徹底します。利尻町教育委員会は、これらの取り組みが学校において徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜、支援や指導・是正を行います。

イ 校長は、文化部顧問に対し、次のことについて指導・徹底します。

- 生徒のバランスのとれた健全な成長の確保の観点から、休養を適切に取る必要があること。
- 過度の練習が、生徒の心身に負担を与えるほか、部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪い去ることなどを正しく理解すること。
- 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ことができるよう、生徒との十分なコミュニケーションを図ること。
- 生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上を図り、大会やコンクール、コンテスト、発表会等においてそれぞれの目標を達成できるよう、その分野の特性等を踏まえた合理的かつ効率的・効果的な練習等の積極的な導入により、適切な休養とあわせて、短時間であっても効果的な指導を行うこと。
- 専門的知見を有する教師や養護教諭等とも連携・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こと。

## (3) 部活動用指導手引の普及・活用

ア 利尻町教育委員会は、関係団体等が作成した部活動用指導手引を学校に周知し、活用を図ります。

イ 校長は、部活動顧問に対し、上記の指導手引を活用して、合理的かつ効率的・効果的な指導を行うよう努めます。

### 3. 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、教育課程における活動、部活動、学校外の活動、その他の食事や休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、以下を基準として設定します。
- 学期中は、週当たり2日以上以上の休養日を設ける。この場合、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。また、週末または祝日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。
  - 学校閉庁日にあつては、その期間を休養日とし、休養日には学校で行う朝練習や自主練習も行わない。なお、大会や試合、コンクール、コンテスト、発表会等(以下「大会等」という。)を間近に控え、やむを得ず活動を行う場合(中体連、中文連が主催する大会等の日の前日から起算して1か月以内の期間の場合)は、代替の休養日を設ける。
  - 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた取扱いとする。
  - 生徒が十分な休養を取り得るとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、一定程度長期の休養期間(オフシーズン)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(学期中の週末を含む)においては3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。
  - 休業日の活動時間は、大会等への出場、練習試合や合宿を行う場合のほか、中体連、中文連等が主催する大会等の日の前日から起算して1か月以内の期間の場合は、下記ウの活動時間の上限の範囲内での活動を行うことができる。ただし、この取扱いによる場合であっても、成長期にある生徒のバランスのとれた生活や部活動指導に関わる教師の負担軽減に十分留意する。
  - 気象庁から高温注意情報が発せられた当該地域・時間帯にあつては、原則として活動を行わない。
- イ 上記アに掲げる原則(休養日=週2日以上、平日1日以上・週末1日以上、活動時間=平日2時間程度・休業日3時間程度)の特例(大会等の日の前日



から起算して1か月以内の期間の場合)及び上記イに掲げる高等学校段階における弾力的な休養日等の設定にあたっては、成長期にある生徒のバランスのとれた生活や部活動指導に関する教師の負担軽減の観点から、休養日の下限及び活動時間の上限を次のとおりとします。

(i) 休養日の下限

a 学期中は、平日に週1日(年間52日)以上、週末又は祝日に月1日(年間12日)以上の休養日設けるほか、学校閉庁日(年間9日)を休養日とし、年間73日以上を休養日とする(週末又は祝日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。)

b 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。

(ii) 活動時間の上限

a 1日の活動時間は、長くとも平日では3時間程度、学校の休業日(学期中の週末を含む)は4時間程度とし、1週間の活動時間は、長くとも16時間程度とする。

ウ 原則、積雪のため屋外での活動が制限される部活動や主に冬季に行われる部活動についても、休養日及び活動時間は上記アを基準としますが、本町の地域特性も考慮し、原則どおり運用することが困難と認められる場合は、一定程度長期の休養期間(オフシーズン)を設けることを前提に、次のような実施方法についても特例的な取扱いとして可能とするものとします。

○ 休養日は、平日または休業日を問わず、少なくとも週1日以上は設定した上で、1年を52週と考え、年間の累計で104日以上とすること。

○ 学校閉庁日にあつては、その期間を休養日とすること。

○ 活動時間は、長くとも平日では3時間程度、休業日(学期中の週末を含む)は4時間程度とし、1週間の活動時間は、長くとも16時間程度とした上で、年間の平均活動時間で、平日においては2時間程度、休業日(学期中の週末を含む)においては3時間程度となるように実施すること。ただし、こうした実施による場合であっても、成長期にある生徒がバランスのとれた生活を送ることができるよう、上記アの基準と異なる休養日や活動時間の設定が常態化しないよう休養日や活動時間を設定するものとします。

エ 各校長は、「学校の部活動に係る活動方針」の策定にあたって、国のガイド

ラインの基準を踏まえるとともに、本ガイドラインに則り、各部活動の休養日及び活動時間等を設定し、公表するとともに、各部活動の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行うなど、その運用の徹底に努めます。

オ 休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、次のような取扱いも可能とします。

○ 定期試験前後の一定期間など、部活動共通、学校全体、市町村共通の部活動休養日を設けること。

○ 週間、月間単位での活動頻度・時間の目安を定めること。

#### 4. 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

(1) 部活動の設置、統廃合、合同チーム等の編成

ア 校長は、生徒や部活動顧問の負担が過度にならないよう、適正な部活動数を慮した上で、既存の部活動の統廃合などとあわせて、競技力や技能の向上、大会等での成績以外にも、適度な頻度で実施することのほか、多様な活動に興味・関心をもつ同好の生徒が学級内とは異なる人間関係を形成しうるなど、様々なニーズや効果も勘案しながら、部活動の設置について検討します。なお、部活動の設置や統廃合にあたっては、校内におけるガイドラインを作成するなどして、生徒や保護者の理解の下、長期的な見通しをもって行います。

イ 利尻町教育委員会は、教職員数の減少等により指導体制が整わないなどの理由から、部活動が廃部になった場合に対応し、活動の継続を希望する生徒が隣接する学校の活動に参加できる「部活動拠点校方式」について、生徒のスポーツ・文化活動の機会確保に努めます。

ウ 利尻町教育委員会は、生徒数の減少に伴って、単一の学校では特定の活動が困難となった場合、教育課程との関連を勘案して、合同部活動の取り組みを検討するものとし、各校長は、合同チームや合同練習などについて、可能な限り配慮するものとし、その具体的事例として、平日は自校での練習を中心としながら、週末や大会等の直前においてはのみは合同練習を行うなど、双方の移動に要する時間等を含め、合同チームや合同練習による活動を実施することなどについて、生徒と部活動顧問の負担が過度とならないことなどを考慮した上で、実施の可否を判断するなどが考えられます。

エ 上記イ、ウについて、合同練習などを行う際の移動時間については、生徒

の活動時間には含めないこととしますが、長時間の移動を伴う合同練習等の実施にあたっては、成長期にある生徒が、教育課程における活動、部活動、学校外の活動、その他の食事や休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう配慮した実施回数とします。

## (2) 地域との連携等

ア 利尻町教育委員会及び校長は、家庭の経済状況等に左右されることなく、生徒がスポーツや文化活動に取り組むことができ、さらにはその環境の充実に向けて、保護者の理解・協力はもとより地域の人たちの支援・協力や、各スポーツ団体・文化団体等との連携を図るとともに、民間事業者の活用や各種施設の利用なども含めて、地域全体で子どもを育むという視点に立ち、学校と地域の協働・融合のもと、持続可能なスポーツ・文化部活動の推進に努めます。

イ 利尻町教育委員会は、学校管理下外の社会教育に位置付けられる活動について、各種保険への加入や学校の負担が増加しないことなどに留意しつつ、生徒がスポーツ・文化活動に一層親しむ機会が確保できるよう、学校施設開放事業を推進します。

ウ 利尻町教育委員会及び校長は、地域・保護者が、学校と共に子どもの健全な成長に向けた教育、スポーツ・文化活動の充実を支援するパートナーであるとの考え方の下、連携・協働の取り組みを推進することに対して、保護者の理解と協力を促すことに努めます。

## 5. 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 利尻町教育委員会は、学校部活動が参加する大会等（地域からの要請によって参加する地域の行事・催し等を含む。以下同じ）の全体像を把握し、週末等に開催される様々な大会等に参加することにより、生徒や部活動顧問の過度な負担とならないよう、大会等の統廃合や簡素化などについて、主催者や競技団体等に要請します。

イ 校長は、本ガイドラインの「3. 適切な休養日等の設定」に示した休養日等が年間を通じて適切に設定されることを前提に、生徒の教育上の意義を踏まえるとともに、生徒や部活動顧問の負担が過度とならないことなどを考慮のうえ、学校部活動が参加する大会等の回数の上限となる目安の設定や参加する大会等の精査に努めます。

## 6. 部活動の充実に向けて

### (1) 部活動指導の充実を図る取り組み

利尻町教育委員会は、部活動の教育的意義を踏まえ、部活動指導を効果的に  
行い、成果を上げている事例を把握し、部活動の適切な実施や充実に資するよ  
う、情報提供や周知・普及に努めます。

### (2) 女子の指導にあたっての留意点

女子の指導にあたっては、女性特有の健康問題(女性アスリートの三主徴 =  
利用可能エネルギー不足(注)・無月経・骨粗しょう症、貧血等)の予防対策に  
関する正しい知識を得た上で行います。

(注)「利用可能エネルギー」とは、食事による摂取エネルギーから運動で消費されるエネ  
ルギーを引いた残りのエネルギー量で、基礎代謝や日常活動に使用可能なエネルギー量。「利用  
可能エネルギー不足」とは、運動によるエネルギー消費量に対して、食事などによるエネ  
ルギー摂取量が不足した状態を指し、この状態が続くと、身体の諸機能に影響を及ぼすと考  
えられる。

### (3) 部活動顧問と生徒との信頼関係の構築

部活動は、生徒の自主的・自発的な参加のもとで行われる活動であることを  
踏まえ、校長は、部活動顧問に対して、次のことを指導・徹底します。

- 指導の目的をはじめ、技能等の向上や生徒の心身の成長のために適切な指  
導内容・方法であることなどについて、明確に生徒に伝え、理解させた上で  
取り組むようにさせるなど、部活動顧問と生徒との信頼関係の構築が活動の  
前提となること。
- 部活動顧問と生徒との間に信頼関係が構築されていれば、指導にあたって  
の体罰等が許されるといった認識は全くの誤りであり、生徒の人間性や人格  
の尊厳を損ねたり否定したりするような発言や行為は許されないこと。

### (4) 部活動における生徒間の人間関係形成やリーダー育成等の集団づくり

校長は、部活動には、複数の学年の生徒が参加すること、同一学年でも異な  
る学級の生徒が参加すること、生徒の参加する目的や技能等が様々であること  
などの特色を有し、部活動顧問にも、学級担任としての学級経営とは異なる  
指導が求められることを踏まえ、次のことについて指導を徹底します。

- 部活動顧問は、生徒のリーダーシップやパートナーシップなどの育成を図  
るとともに、協調性や責任感の涵養、望ましい人間関係や人権感覚の醸成な  
どに配慮し、全ての生徒に対する目配り・心配りのもと、部活動内における

暴力行為やいじめ等の発生の防止を含め、適切な集団づくりに努めること。

(5) 家庭や地域との連携を図る取り組み

校長は、保護者に部活動を公開・参観する機会を設けるなど、部活動に対する保護者の理解を深め、学校と家庭の連携のもとに部活動を推進する環境づくりに努めます。また、上記5のアの要請やイの精査にあたっては、部活動が、地域の人々の協力や関係団体との連携、民間事業者の活用などのもと、学校と地域が共に子どもを育むという視点の重要性に十分配慮のうえで判断します。

(6) 障がいのある生徒の部活動の充実

利尻町教育委員会は、障がいのある生徒が大会等に出場・参加することができるよう配慮することについて、必要に応じて主催者や競技団体等に働きかけます。校長は、部活動等を通じて、障がいのある生徒と障がいのない生徒が交流する場を設けるよう努めます。

おわりに

- 本ガイドラインについては、地域の実情や各学校の取り組み状況などを踏まえるとともに、国（文部科学省、スポーツ庁、文化庁等）や中央教育審議会、北海道の動向等も注視しながら、適宜、必要に応じた見直しを行うものとしてします。