

練馬区立大泉西中学校「運動部活動の活動指針」

～生徒のよりよいスポーツ環境の持続可能な運営体制を目指して～

概要

- 1 基本方針
- 2 適切な運営のための体制整備
- 3 合理的でかつ効率的、効果的な活動の推進
- 4 適切な休養日等の設定
- 5 生徒のニーズを踏まえた多様なスポーツ環境の整備
- 6 参加する大会や練習試合等の見直し

平成31年3月15日
練馬区立大泉西中学校

はじめに

学校の運動部活動は、体力向上や技能向上を図る目的以外にも、健全育成はもとより、生活指導面での功績を挙げ、教育活動を大きく支えてきました。これらを考えると、運動部活動は、生徒の多様な学びとして、教育的意義は非常に高いと考えています。しかし、子どもの運動習慣の二極化や運動部活動に所属していない生徒の運動離れなど、課題が複雑になる中、学校だけでは解決することのできない状況になってきました。付け加えて、国の働き方改革の流れの中で、教員の長時間労働の問題も浮上し、これまでと同様の運営体制では、維持・継続できない状況になってきています。

そこで、本校では、運動部活動の在り方を抜本的に見直し、持続可能な体制への改革をしていこうと考えております。

今回の改革では、

- 1 スポーツに親しませることにより、好ましい人間関係の形成に役立てる。
- 2 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校の教育活動との関連が図られるようにする。
- 3 学校、家庭・地域が連携して持続可能な運営体制を構築する。

を基本方針として望みたいと考えております。運動部活動の意義が大いに認められる中、それを支える教師にとっても継続を可能にするような労働条件を整えなくてはなりません。

保護者をはじめ、地域の皆様におかれましては、是非とも本校の取り組みに対する御理解と御協力をお願いするとともに、生徒たちのより良いスポーツ環境の整備に御協力をいただければ幸いです。

最後になりましたが、本活動指針の作成にあたって、さまざまな視点からのご意見と御助言をいただきました、元中学校体育連盟会長（元中村中学校校長）足立和明先生をはじめ、特定非営利活動法人コミュニティネットSSC大泉 茨田忍理事長ほか、本校の運動部活動の在り方検討委員会の委員の皆様には厚くお礼申し上げます。

本活動指針は、あくまでも改革のスタートです。今後も皆様の御理解と御協力をお願いできれば幸いです。

平成31年3月

練馬区立大泉西中学校
校長 中山 兼一

もくじ

もくじ	P1
I 練馬区立大泉西中学校「運動部活動の活動指針」・・・	P2
II 解説・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P6
1 基本方針・・・・・・・・・・・・・・・・	P7
2 適切な運営のための体制整備・・・・・・・・	P9
3 合理的でかつ効率的、効果的な活動の推進・・・・・・・・	P11
4 適切な休養日等の設定・・・・・・・・	P13
5 生徒のニーズを踏まえた多様なスポーツ環境の整備・・・・・・・・	P15
6 参加する大会や練習試合等の見直し・・・・・・・・	P18
【参考・引用文献】・・・・・・・・	P19
練馬区立大泉西中学校における部活動の在り方検討委員会委員・・・	P20

I 運動部活動の活動指針

練馬区立大泉西中学校「運動部活動の活動指針」

1 基本方針

本校の部活動において、以下の点を重視し、本校生徒にとって望ましい、地域や競技種目等に応じた多様な活動の実現を行う。

- スポーツに親しませることにより、好ましい人間関係の形成に役立てる。
- 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校の教育活動との関連が図られるようにする。
- 学校、家庭・地域が連携して持続可能な運営体制を構築する。

なお、文化部活動においても同様の基準に則り活動する。

2 適切な運営のための体制整備

- (1) 各部顧問が年間の活動計画（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を作成し公表する。
- (2) 指導内容の充実、生徒の安全面の確保、教師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。
- (3) 複数顧問制や外部指導員制度の積極的な導入を行う。

3 合理的でかつ効率的、効果的な活動の推進

- (1) 「運動部活動での指導のガイドライン」（平成25年5月文部科学省）や「体罰根絶に向けた総合対策」（平成25年9月12日東京都教育委員会）、「熱中症予防指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を活用した安全面の確保に努める。
- (2) 各種スポーツ競技団体が作成する指導手引等を活用し、各種競技種目の特性を踏まえた科学的トレーニングを積極的に学び、合理的でかつ効率的・効果的な練習方法等を取り入れる工夫をする。

4 適切な休養日等の設定

- (1) 休養日の設定
週当たり、2日以上 of 休養日を設定する。（平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、公式戦等^{*1}で休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える）
- (2) 休養期間の設定
 - ・ 定期考査前の1週間と定期考査最終日以降の3日間（土日を除く）
 - ・ 学校閉庁期間（夏期及び冬期）
- (3) 活動時間の設定
 - ・ 1日の活動時間は、長くとも学期中の平日では2時間程度、週休日（祝日等を含む）

及び長期休業中は3時間までとする。なお、終了時間は、年間を通して午後6時（完全下校）までとする。

(4) その他

- 朝練習は原則実施しないこととするが、公式戦の前1週間については、週2日までの範囲で実施を可能とする。
- 公式戦への参加日及び参加日1週間前が休養期間と重なる場合には、週2日までの範囲で練習のみ実施を可能とする。ただし、保護者の理解を得ることに付け加えて、練習時間を減らすなどの配慮をする。

5 生徒のニーズを踏まえた多様なスポーツ環境の整備

(1) 連携スポーツクラブ（仮称）の設置

地域のスポーツクラブと連携し、連携スポーツクラブ^{※2}を設置し、多様な運動に親しめる機会を設けられるようにする。

(2) 学校における活動を必要としない活動の中学校体育連盟への加盟協力

様々な地域のスポーツクラブ等で活動している生徒について、中学校体育連盟主催の大会に参加を希望する場合には、その加盟に協力する。

6 参加する大会や練習試合等の見直し

- (1) 生徒と顧問が参加する大会等を精査し、負担軽減を図る。
- (2) 活動期間と休養期間にメリハリをつけ、生徒のモチベーション維持に努める。

※1 公式戦とは、国、東京都、練馬区の中学校体育連盟や練馬区教育委員会及び教育振興会が主催する大会をいう。

※2 連携スポーツクラブとは、本校施設貸し出し制度を利用し、本校生徒を受け入れ可能としている地域スポーツクラブであり、本校との連携誓約を取り交わしたクラブのこと。

Ⅱ 解説編

1 基本方針

本校の部活動において、以下の点を重視し、本校生徒にとって望ましい、地域や競技種目等に応じた多様な活動の実現を行う。

- スポーツに親しませることにより、好ましい人間関係の形成に役立てる。
- 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校の教育活動との関連が図られるようにする。
- 学校、家庭・地域が連携して持続可能な運営体制を構築する。

なお、文化部活動においても同様の基準に則り活動する。

○スポーツに親しませることにより、好ましい人間関係の形成に役立てる。

スポーツはスポーツ基本法^{*1}に掲げられているとおり、人々が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む上で、不可欠なものとなっている。

特に中学生期では、体力向上や協同する精神、公正と規律を尊ぶ態度、実践的な思考力や判断力を育むなど、**人格形成に大きな影響及ぼすものであり**、中学校における運動部活動は、欠かすことのできない活動となっている。

○生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校の教育活動との関連が図られるようにする。

中学校における運動部活動は、教育課程外の活動ではあるものの、**学習指導要領^{*2}にも示されており、教育課程との関連を図り取り組むことが求められている。**

○学校、家庭・地域が連携して持続可能な運営体制を構築する。

一般的な**運動部活動の課題**は以下の通りである。

1 教員の負担増

- ・ 中学校教員の勤務時間は非常に長く、特に部活動の指導時間が長い
- ・ 放課後の部活動の指導時間が、授業準備、個別面談や家庭訪問の支障となっている状況
- ・ 部活動の競技経験や指導経験がない顧問が多数いる状況
- ・ 土日等の大会への引率により休日が休日となっていない状況
- ・ 審判等の大会運営業務の教員負担が大きくなっている状況

2 生徒の負担増

- ・ 長時間の練習等による生徒のスポーツ障害や学習時間への影響
- ・ 朝練習等の実施による生徒の睡眠不足に伴う授業への影響
- ・ 勝利に向けた過度の練習による生徒のバーンアウト

このことを踏まえ、今後は、学校教育の一環としての活動を継続しつつも、**学校や地**

域の実態に応じ、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ことが必要である。

なお、「文化部活動においても、同様の基準に則り活動する」とは、学校運営上、運動部活動と文化部活動を分けて考えることは難しいことを意味する。また、連携スポーツクラブに全生徒が参加し易い環境を整えるためにも、運動部活動と文化部活動は、本活動指針に則り活動することとする。

※1 スポーツ基本法（平成23年6月24日 法律第78号）（抜粋）

第二条

2 スポーツは、とりわけ心身の成長の過程にある青少年のスポーツが、体力を向上させ、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培う等人格の形成に大きな影響を及ぼすものであり、国民の生涯にわたる健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育む基礎となるものであるとの認識の下に、学校、スポーツ団体（スポーツの振興のための事業を行うことを主たる目的とする団体をいう。以下同じ。）、家庭及び地域における活動の相互の連携を図りながら推進されなければならない。

※2 中学校学習指導要領（平成29年3月公示）【抜粋】

第1章 総則

第5 学校運営上の留意事項

1 教育課程の改善と学校評価，教育課程外の活動との連携等

ウ 教育課程外の学校教育活動と教育課程の関連が図られるように留意するものとする。特に、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、学校や地域の実態に応じ、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ものとする。

第2章 各教科 第7節 保健体育

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

2 第2の内容については、次の事項に配慮するものとする。

(6) 第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。・・・(省略)

2 適切な運営のための体制整備

(1) 各部顧問が年間の活動計画（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を作成し公表する。

本校では、「東京都教育委員会 運動部活動の在り方に関する方針」（平成30年8月改訂東京都教育委員会）及び「部活動のあり方に関する方針について（通知）」（練馬区教育委員会）に則り、**年間の活動計画**^{*3}及び**毎月の活動計画**^{*4}及び活動実績を管理職に提出することとする。その上で、校長は「練馬区立大泉西中学校運動部活動の活動指針」と併せて、「年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）」をホームページに掲載する。なお、「毎月の活動予定」及び「活動実績」についても校長に提出することとするが、公表は、顧問から紙面等で部員生徒を経由し保護者に伝えることとする。

(2) 指導内容の充実、生徒の安全面の確保、教師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。

部活動の競技経験や指導経験がない教員が多数いる状況の中で、指導者の専門性ととともに生徒の安全面の確保をすることの負担が増してきている。

これらを踏まえ、本校では、可能な限り、過去にそのスポーツの競技経験や指導経験のある教員^{*5}を指名し、**より専門的な指導が図れるような運動部活動数を検討し、設置を行う**。なお、すでに設置している部活動の廃部を検討する場合は、現在加入している生徒の活動が損なわれることのないよう、**長期的な展望のもと、廃止を決定**する。また、新しい部活動の設置を検討する場合は、周辺の中学校の部活動状況や**長期的に存続が可能かどうかを校内で十分協議**した上で、校長が決定する。

(3) 複数顧問制や外部指導員制度の積極的な導入を行う。

上記(2)と同様、より専門的な指導の充実を図れるよう**外部指導員制度を積極的に活用**するよう努力する。また、各顧問の長時間勤務をさせないために**複数顧問制を導入**し、長時間勤務^{*6}を助長しないような部活動の運営体制を構築するよう努力する。

※3 年間の活動計画

平成○年度 ○○部 活動予定表 (案)

日	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月		日
	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	曜	行事	
1																									1
2																									2
3																									3
4																									4
5																									5
6																									6
7																									7
8																									8

※4 毎月の活動計画

○○部 月間計画
試合：○日 練習：○日 休息：○日
今月の目標

日	曜	学校行事等	練習予定・大会	場所	集合・開始時間	備考
1						
2						
3						
4						

※5 主担当顧問教員の指導資格の有無について

(2) 中学校運動部の主担当顧問教員が、主担当運動部の競技種目に係る指導者資格の有無(複数回答)について、「資格は持っていない・資格制度がない(6.+7.)」と答えた割合は約8割。

	中学校		高等学校	
	公立 n 4,138	私立 n 283	公立 n 4,370	私立 n 1,513
1.日本体育協会公認指導員	5.4	7.1	10.8	12.7
2.日本体育協会公認コーチ	3.0	7.4	8.7	9.6
3.日本体育協会公認教師	0.2	0.0	0.1	0.2
4.国内競技団体認定指導員	4.8	3.9	7.0	6.7
5.その他の資格	7.8	8.5	7.9	11.4
6.資格は持っていない	58.1	55.1	49.8	46.5
7.当該競技種目の資格はない	24.4	24.0	21.6	19.7

平成29年度「運動部活動等に関する実態調査」スポーツ庁

※6 長時間勤務

○「学校における働き方改革推進プラン」平成30年2月 東京都教育委員会
「週当たりの在校時間が60時間を超える教員をゼロにする」

- ・平日は、1日当たりの在校時間を11時間以内とする。
- ・週休日である土曜日、日曜日については、連続して業務に従事することがないよう、どちらか一方は必ず休養できるようにする。

(都内公立学校教員の週当たりの正規の勤務時間は42時間30分(休憩時間含む))

○労働省による基準

月当たりの時間外労働は45時間を超えないこと。

3 合理的でかつ効率的、効果的な活動の推進

(1)「運動部活動での指導のガイドライン」(平成25年5月文部科学省)や「体罰根絶に向けた総合対策」(平成25年9月12日東京都教育委員会)、「熱中症予防指針」(公益財団法人日本スポーツ協会)等を活用した安全面の確保に努める。

上記ガイドライン等を活用して、**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)、**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**(殴る・蹴ること等はもちろん、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も含む)の**根絶**を徹底する。また、**熱中症事故防止**については、特段の配慮がなされるよう適切に対応する。

<参考(概要一抜粋)>

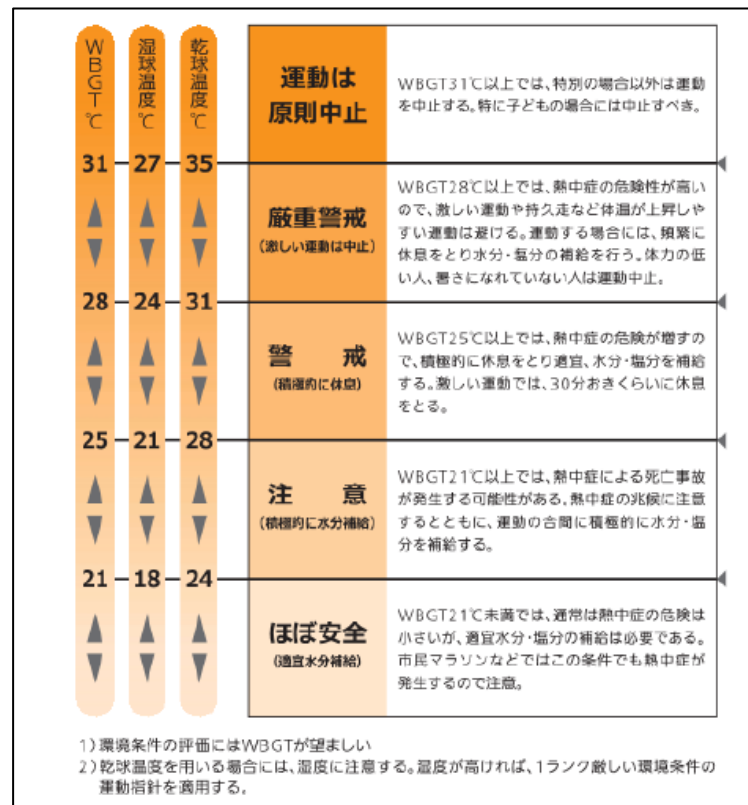
○運動部活動での指導のガイドライン

ガイドラインの趣旨、スポーツの意義、運動部活動の位置づけ、意義、役割、指導の充実のために必要と考えられる7つの事項等

○体罰根絶に向けた総合対策

部活動の振興、体罰について、東京都の現状、体罰はなぜ繰り返されるのか体罰を根絶していくための総合的な対策等

○熱中症予防指針



(2) 各種スポーツ競技団体が作成する指導手引等を活用し、各種競技種目の特性を踏まえた科学的トレーニングを積極的に学び、合理的でかつ効率的・効果的な練習方法等を取り入れる工夫をする。

運動部顧問は、トレーニング効果を得るために**休養を適切にとらせることが必要**であることや**過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高める**ことを理解する。その上で、生徒がバーンアウトすることがないように個々の目標を達成できるような指導を心がけ、生徒の**体力向上や生涯を通じて親しむ基礎を培う**ことができるようにする。そのために、各種スポーツ団体が作成した指導手引き等を参考にしながら、日々、**合理的かつ効果的な練習方法等の導入**に努める。

また、教育委員会等が主催する指導力向上に係る**研修会へ積極的に参加**すること。さらには、**校内や校外の教員同士での意見交換を密にし**、異なる部活動であっても活用できる指導方法については、積極的に活用するなどの顧問としての姿勢を大切にすることが望まれる。

<参考例（概要一抜粋）>

- 中学校部活動サッカー指導の手引き（平成30年7月30日（公財）日本サッカー協会）
部活動の目的、期待される効果、練習計画の立て方、練習環境、指導上の留意点、練習の構成、サッカー全般に係わる事項（ゲームの特徴・構造、技能分類、戦術等）、安全面の配慮等
- 中学校部活動におけるバスケットボール指導の手引き（平成30年10月（公財）日本バスケットボール協会）
部活動指導の心構え（教育的効果、練習の組み立て方、指導で心がけること等）、毎日の活動例（練習に困ったら、効果的な練習等）中学生を取りまく身体的特徴と部活動の関係（成熟度を考慮した育成方法成熟度別トレーニングの実際）等

4 適切な休養日等の設定

(1) 休養日の設定

週当たり、2日以上の休養日を設定する。(平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、公式戦等で休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える)

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**を送ることが必要である。また、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るには、適切な休養が必要であり、過度な練習は**スポーツ障害等のリスクを高め、体力・運動能力の向上につながらない**。このことを踏まえ、本校では、「東京都教育委員会 運動部活動の在り方に関する方針」(平成30年8月改訂 東京都教育委員会)及び「部活動のあり方に関する方針について(通知)」(練馬区教育委員会)に則り、上記、**休養日**を設定する。なお、平日に設ける休養日については、本校で定めた部活動停止日(職員会議、校内研修会等)と兼ねることができる。

ただし、週2日間の休養を取らせることに視点を置き、(2)に定める**休養期間等でのまとめ取りは可能な限り設定しない**ようにする。

(2) 休養期間の設定

- 定期考査前の1週間と定期考査最終日以降の3日間(土日を除く)
- 学校閉庁期間(夏期及び冬期)

定期考査前における**生徒の学習時間の確保**は、運動部活動を行うこと以上に重視されることである。これらを踏まえ、生徒に日頃から学業をおろそかにさせない姿勢をもたせるとともに、定期考査前の学習時間は十分に時間をとり主体的に、計画性をもって学習に取り組む姿勢を指導の一環として行うこととする。また、教員の**評価**を今まで以上により**適正**に行うため、**定期考査前の1週間と定期考査最終日以降の3日間(土日を除く)**も併せて休養期間とする。さらに長期休業中にも、部活動以外の活動(読書や趣味等)、さまざまな文化・体験活動に触れることも大切にするといった視点から、**ある程度長期の休養期間**を設けるものとする。

(3) 活動時間の設定

- 1日の活動時間は、長くとも学期中の平日では2時間程度、週休日(祝日等を含む)及び長期休業中は3時間までとする。なお、終了時間は、年間を通して午後6時(完全下校)までとする。

成長期にある生徒が**バランスのとれた生活**を送るとともに、**自らのニーズに合ったスポーツ活動**を行うことが期待されている。これらを踏まえ、本校では、「東京都教育委員会 運

動部活動の在り方に関する方針」（平成 30 年 8 月改訂 東京都教育委員会）及び「部活動のあり方に関する方針について（通知）」（練馬区教育委員会）に則り、上記**活動時間の上限**を設定する。また、「練馬区立大泉西中学校『運動部活動の活動指針』 5（1）連携スポーツクラブ（仮称）の設置」を踏まえ、本校の全部活動（運動部、文化部）の**終了時間は午後 6 時（完全下校）まで**とし、本校全ての生徒が午後 7 時頃から始まる「連携スポーツクラブ」に**参加が可能である終了時間の設定**を行う。

<参考例（概要一抜粋一）>

○「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ついて」

（平成 29 年 12 月 18 日 公益財団法人日本体育協会※7）

「**行き過ぎたスポーツ活動を行うことは、スポーツ外傷・障害やバーンアウトのリスクが高まり、体力・運動能力の向上につながらず、具体的には、休養日を少なくとも 1 週間に 1～2 日設けること、さらに、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**」とされている。

（4） その他

- ・朝練習は原則実施しないこととするが、公式戦の前 1 週間については、週 2 日までの範囲で実施を可能とする。
- ・公式戦への参加日及び参加日 1 週間前が休養期間と重なる場合には、週 2 日までの範囲で練習のみ実施を可能とする。ただし、保護者の理解を得ることに付け加えて、練習時間を減らすなどの配慮をする。

本校では、**生徒の安全面の確保及び教職員の長時間勤務を削減**する観点から、朝練習は原則実施しないこととする。しかし、運動部活動の活動制限をする一方で、大会等に向けた準備や大会等における勝敗は、運動部活動を行う生徒にとっての大きな励みとなっていることもある。

そのため、公式戦の参加にあたっての朝練習や練習については、本活動指針の範囲で活動を認めることとする。ただし、「**保護者の理解を得ること**」としているように、あくまでも「**自由参加の範囲**」であり、「**学習時間等の確保**」については特段の配慮を行うこと。

※7 団体名称を「公益財団法人日本スポーツ協会」に変更（平成 30 年 4 月 1 日）

5 生徒のニーズを踏まえた多様なスポーツ環境の整備

(1) 連携スポーツクラブ（仮称）の設置

地域のスポーツクラブと連携し、連携スポーツクラブを設置し、多様な運動に親しめる機会を設けられるようにする。

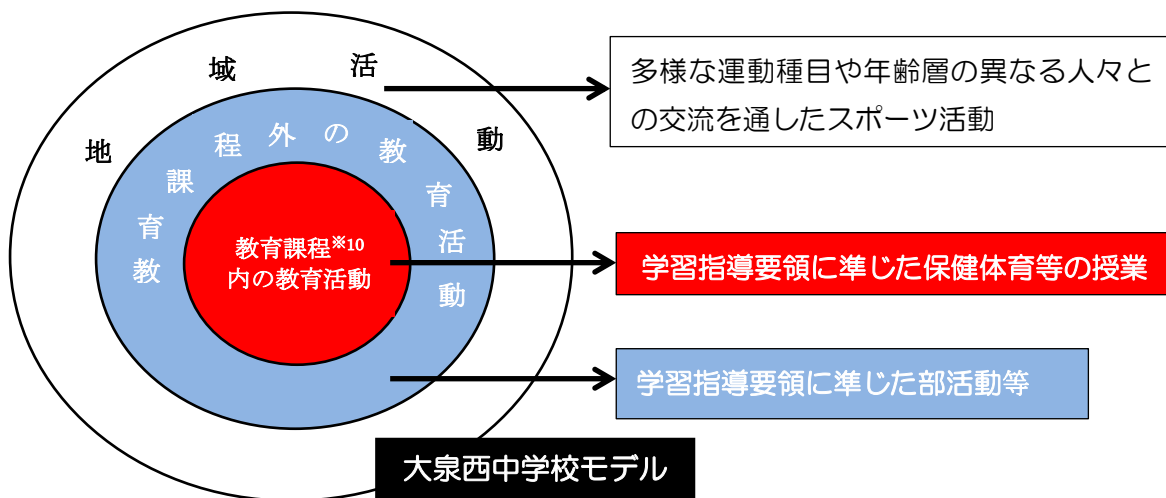
生徒の1週間の総合運動時間が男女ともに二極化の状況にあり、特に中学生女子の約2割が60分未満であること^{*8}。また、生徒の運動・スポーツに関するニーズは、競技力の向上以外にも、**友達と楽しめる、適度な頻度で行える等多様**である^{*9}。しかし、現在の運動部活動は、文化部活動に所属する生徒は参加ができなかったり、複数の運動に親しめることができなかったりなど、生徒の**潜在的なスポーツニーズに必ずしも応えられていない**。

そこで、学校と地域・保護者が共に生徒の健全な成長のための**スポーツ環境の充実を支援するパートナー**という考えの下、連携スポーツクラブ（仮称）を設置し、その団体には学校の使用時間以外の時間において、**優先的に本校の施設貸し出し**をする。

その際には、生徒のスポーツ環境の充実の観点から、連携スポーツクラブには、**以下の点に留意**するよう依頼をする。

- 多様な運動種目や年齢層の異なる人々とのスポーツを通じた交流を行うことによって、生涯を通じての**豊かなスポーツライフの実現**を目指すこと。
- 保護者の経済面や子供の心身の発達面で**過度な負担がかからない**ようにし、参加に際しては、保護者と十分に協議等を行うこと。
- 各クラブの長やコーチ等については、原則、地域の人材であり、本校の**運動部活動の顧問**になることは望ましくない。ただし、**外部指導員等が兼ねることは、学校と地域の指導上の連携面から望ましい**。

生涯を通じての豊かなスポーツライフの実現



<参考例ーイメージモデル（卒業後をイメージして）>

○Aさん

ボランティア部で活動していたが、運動も好きなので、連携スポーツクラブのバドミントンクラブとバスケットボールクラブに加入し、運動を楽しむ機会を設けた。

<卒業後のイメージ>

高校進学後は、勉学に励むため部活動には所属していないが、連携スポーツクラブのバドミントンクラブを継続し、適度な汗を流している。

○Bさん

バスケットボール部で活動をしてきたが、自己の課題であるシュートについてもう少し練習したいと考えた。そこで、連携スポーツクラブのバスケットボールクラブに加入し、地域の方にシュートを教わる機会を設けた。

<卒業後のイメージ>

高校、大学と進学し、大学期では、連携スポーツクラブのバスケットボールクラブを継続し、中学生の指導も合わせて行っている。

○Cさん

陸上部で活動していたが、団体競技にも興味があり、連携スポーツクラブのバレーボールクラブに加入し、複数の運動に親しむ機会を設けた。

<卒業後のイメージ>

家庭をもつようになるが、連携スポーツクラブのバドミントンクラブに所属し、家族全員で汗を流す日々を送っている。

(2) 学校における活動を必要としない活動の中学校体育連盟への加盟協力
様々な地域のスポーツクラブ等で活動している生徒について、中学校体育連盟主催の大会に参加を希望する場合には、その加盟に協力する。

本校で練習を行わない運動部活動においても、顧問を指名し、保護者と連携をして中学校体育連盟への**加盟登録**を行うとともに、**大会参加**ができるような配慮を行う。

<参考例>

○練馬区立大泉西中学校 中学校体育連盟「登録」及び「大会参加」実績（平成 30 年度）
水泳部、新体操部、体操競技部

※8スポーツ庁「平成 29 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(平成 30 年 2 月公表)

保健体育の授業を除く 1 週間の総運動時間が 60 分未満である中学校 2 年生女子の割合は 19.4%で、このうち、0 分の割合は 13.6%であった。

※9スポーツ庁「平成 29 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(平成 30 年 2 月公表)

運動部や地域のスポーツクラブに所属していない、又は、文化部に所属していると答えた中学校 2 年生が運動部活動に参加する条件は、「好きな、興味のある運動やスポーツを行うことができる(男子 42.9%・女子 59.1%)」、「友達と楽しめる(男子 42.7%・女子 60.4%)」、「自分のペースで行うことができる(男子 44.4%・女子 53.8%)」が上位であった。

※10 教育課程

学校教育の目的や目標を達成するために、教育の内容を子供の心身の発達に応じ、授業時数との関連において総合的に組織した学校の教育計画(文部科学省)

6 参加する大会や練習試合等の見直し

(1) 生徒と顧問が参加する大会等を精査し、負担軽減を図る。

東京都中学校体育連盟及び区市町村教育委員会等が、今後、学校運動部が参加する大会・試合の全体像の中で、週末等に開催される大会等の**統廃合を主催者に要請することが望まれている**。これを踏まえて、本校においても、参加する大会等については**管理職も含め精査し**、生徒及び顧問の負担を軽減する。

(2) 活動期間と休養期間にメリハリをつけ、生徒のモチベーション維持に努める。

活動期間と休養期間のメリハリをつけるとは、部活動の**短期目標を明確化**させ、その目標に向かって取り組む集団作りを行うことである。そのためには、**部員主体のミーティング**を定期的に設けたり、**保護者との連携**を深めたりすることが望まれる。また、定期的に「**部活動便り**」を発行するなどして、顧問、生徒、保護者の意識の共有を図るなども有効である。

【参考・引用文献】

- 「中学校学習指導要領」平成29年3月 文部科学省
- 「中学校学習指導要領解説総則編」平成29年7月 文部科学省
- 「中学校学習指導要領解説保健体育編」平成29年7月 文部科学省
- 「運動部活動での指導のガイドライン」平成25年5月 文部科学省
- 「東京都教育委員会 運動部活動の在り方に関する方針」平成30年8月改訂 東京都教育委員会
- 「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
- 「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン FAQ」平成30年6月 スポーツ庁
- 「体罰根絶に向けた総合対策」平成25年9月12日 東京都教育委員会
- 「熱中症予防指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）
- 「部活動中の重大事故防止のためのガイドライン～日常の活動に潜む危険を予知し回避するための安全対策～」平成20年6月（平成24年5月一部改訂） 東京都教育委員会
- 「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン作成検討会議について」平成29年11月28日 スポーツ庁
- 「学校における働き方改革推進プラン」平成30年2月 東京都教育委員会
- 「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン作成検討会議（第5回）委員持ち込み資料」平成29年12月18日 妹尾昌俊 望月浩一郎
- 「中学校部活動サッカー指導の手引き」平成30年7月30日 （公財）日本サッカー協会
- 「中学校部活動におけるバスケットボール指導の手引き」平成30年10月 （公財）日本バスケットボール協会
- 「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ついて」平成29年12月18日 公益財団法人日本体育協会
- 平成29年度「nerima SSC 地域型スポーツクラブ」活動状況報告書 平成30年10月 練馬区スポーツ振興課

練馬区立大泉西中学校にける部活動の在り方検討委員会委員
 (平成31年3月11日現在)

委員長	元中学校体育連盟会長・元中村中学校校長	足立 和明
副委員長	特定非営利活動法人 コミュニティネットSSC大泉 理事長	茨田 忍
大泉西中学校 保護者代表	大泉西中学校PTA会長	三留 広和
大泉西小学校 保護者代表	大泉西小学校PTA会長	榊 幹 誉
大泉第三小学校 保護者代表	大泉第三小学校PTA会長	中山 通成
大泉第四小学校 保護者代表	大泉第四小学校	田中 扇
	校長	中山 兼一
	副校長	今本 由美子
大泉西中学校	主幹教諭	池下 誠
事務局	主幹教諭	本橋 修
	主任教諭	山下 遊
	教諭	古庄 涼太

練馬区立大泉西中学校の運動部活動の活動指針
～生徒のよりよいスポーツ環境の持続可能な運営体制を目指して～

平成31年3月15日発行

発行者 練馬区立大泉西中学校

所在地 〒178-0065
練馬区西大泉 3-19-27

電話 03-3921-7101

