

## 運動部活動に係る活動方針

宮城県登米総合産業高等学校

### 1 運動部活動の学校教育における位置づけ、意義、役割について

運動部活動は学校教育の一環として行われるものであり、スポーツの技能等の向上のみならず、生徒の生きる力の育成、豊かな学校生活の実現に意義を有するものである。より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、生徒に下記のような様々な意義や効果をもたらすものと考えられる。

- ・スポーツの楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。
- ・体力の向上や健康の増進につながる。
- ・保健体育科等の教育課程内の指導で身に付けたものを発展、充実させたり、活用させたりするとともに、運動部活動の成果を学校の教育活動全体で生かす機会となる。
- ・自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成する。
- ・自己の力の確認、努力による達成感、充実感をもたらす。
- ・互いに競い、励まし、協力する中で友情を深めるとともに、学級や学年を離れた仲間や指導者と密接に触れあうことにより学級内とは異なる人間関係の形成につながる。

このように、運動部活動は、教育課程での取組とあいまって、学校教育が目指す生きる力の育成、豊かな学校生活を実現させる役割を果たしていると考えられる。

### 2 運動部活動での指導の充実のために

#### (1) 指導目標や内容を明確にした計画の策定

運動部活動は、学校教育の一環として行われるものだが、生徒の自主性、自発的な参加によるところが大きく、各活動の目標や活動方針等については生徒との意見交換を通じて生徒の主体性を尊重しつつ設定する。また、各活動の目標達成に向けて、長期的な期間や各学年等での活動内容とそのねらい、練習方法、活動の期間や時間等を明確にした計画を作成し、入部の際や保護者会などで生徒や保護者等に説明し、理解を得るよう努める。

活動計画を作成するにあたっては、年間を通して、一年間を試合期、充実期、休息期に分けてプログラムを計画的に立てること、参加する大会や練習試合を精選すること、より効果的・効率的な練習方法を検討・導入すること、一週間の中に適切な間隔により活動を

休む日や活動を振り返ったり考えたりする日を設けること、一日の練習時間を適切に設定すること、学校行事や学習への影響等を十分に考慮して設定する。

顧問は年間の活動計画（活動日、休養日及び参加大会日程等）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。

## （２）適切な休養日等の設定

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、以下のとおり設定する。

### ① 学期中は、週当たり２日以上休養日を設ける。

（少なくとも平日に１日、土曜日及び日曜日に１日以上を休養日とする。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。）

### ② 長期休業中は、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

### ③ １日の活動時間は、平日２時間程度、休日３時間程度とする。

### ④ 朝練習については、原則禁止とする。

（ただし、大会やコンクール等の前など特別な事情があると認める場合のみ限定的に朝練習を行うことができる。活動計画を校長に提出し許可を得る。）

※大会やコンクール等の前の時期は「ハイシーズン」として活動し、その分、それ以外の時期に休養日を十分確保する。

## （３）生徒の自主的、自発的な活動の促進

運動部活動は生徒の自主的、自発的な参加によるものであり、指導者は、活動目標、指導の方針、計画、指導内容や方法等を生徒が理解できるよう適切に伝えとともに、日常の指導においても、指導者と生徒の間のコミュニケーションを図り、練習の目的や方法について生徒に十分理解させる。また、部活動内における役割分担等にも配慮し、生徒一人一人が意欲的に取り組めるよう工夫する。

## （４）科学的なトレーニング方法の導入

適切な休養を取りながら、短時間で効果が得られる活動をするため、最新の研究成果等を踏まえた科学的な指導内容、方法を積極的に取り入れる。

### **(5) 事故防止対策**

生徒の健康面での安全を確保しながらの活動とするため、持病や障害、健康診断結果等について校内で情報を共有し、適切な指導が行われるよう留意する。また、活動中の事故を防止するため、急激な気候変動に注意するとともに、施設や器具等の安全確認を徹底する。

## **3 体罰等の禁止**

### **(1) 体罰の根絶**

体罰は学校教育法で明確に禁じられており、いかなる場合においても絶対に許されない行為であり、指導者と生徒との間での信頼関係があれば許されるとの認識は誤りである。また、生徒の集中力を高め、意欲を引き出すためには、指導者の発する言葉の影響力の大きさを十分に認識し、状況に応じた適切な声掛けに努める必要がある。

### **(2) 信用失墜行為の禁止**

体罰のほか、生徒の人格を否定する発言や指導者としての信用を失墜させる行為（セクハラ、パワハラ、モラハラ、個人情報の漏洩等）は、指導を受けている生徒、保護者、学校関係者を傷つけ、その信頼を裏切る行為であることを十分認識する。

### **(3) 肉体的・精神的な負荷について**

活動の目標によっては肉体的に大きな負荷を課したり、精神的負荷を与えた条件下で練習させることも想定されるが、その場合も、個々の生徒の健康、体力等の状況を十分に把握するとともに、練習中に声を掛けて生徒の疲労や精神状態等を把握する等、細心の配慮をしながら指導する。