

# 真狩村立学校に係る部活動の方針

## 方針策定の趣旨等

- 生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動は、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必要がある。
- 学校教育の一環として行われる部活動は、異年齢との交流の中で、生徒同士や教師と生徒等との好ましい人間関係の構築を図ったり、生徒自身が活動を通じて自己肯定感を高めたりするなど、生徒の多様な学びや経験をする場として、教育的意義が高い。
- 部活動を実施する上では、生徒の学校生活等への影響を考慮した休養日や活動時間を設定し、けがの防止や心身のリフレッシュを図るほか、部活動だけではなく、多様な人々との触れ合い、様々な体験を充実させるなど、生徒のバランスのとれた生活や心身の成長に配慮する必要がある。  
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・効果的に行われる必要がある。
- こうした中、平成 30 年 3 月にスポーツ庁では、「運動部活の在り方に関する総合的なガイドライン」を、また、同年 12 月には、文化庁では「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、「運動部活動のあり方に関する総合的なガイドライン」及び「文化部活動のあ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。）が策定され、あわせて、北海道においては国のガイドラインに則り、「北海道の部活動の在り方に関する方針」を平成 31 年 1 月に策定し、市町村教育委員会へ「設置する学校に係る部活動の方針」を策定することが求められている。
- 真狩村教育委員会（以下「委員会」という。）では、これらを踏まえ、「北

海道の部活動の在り方に関する方針」を参考として、学校の部活動の実態を踏まえる中、運動部活動と文化部活動を区別することなく、一体的な「真狩村立学校に係る部活動の方針」（以下「本方針」という。）を策定することとした。

- 委員会及び学校は、国のガイドラインに則り、持続可能な部活動の在り方について検討し、速やかに改革に取り組む必要がある。  
本方針は、義務教育である中学校段階の部活動を主な対象とし、部活動が地域、学校、競技種目、分野、活動目的等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。  
また、本方針の基本的な考え方は、学校の種類等にかかわらず該当するものであることから、高等学校についても速やかに改革に取り組む必要があるが、高等学校段階では、中学校教育の基礎の上に、心身の発達及び進路に応じて、多様な教育が行われている点を考慮する。
- なお、学校での同好会等の活動が、学校の管理下で顧問（責任者）の指導の下、部活動と同程度に継続的に行われており、生徒、保護者、地域住民等からも部活動と同様な活動として受け止められている状況がある場合は、それらの活動を部活動に含めて考えることとし、本方針の適用の対象とする。
- また、部活動は、生徒の自主性、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付けたり、活動を強制したりすることがないように留意する。
- 小学校（義務教育学校前期課程、特別支援学校小学部を含む。）段階においても、中学校や高等学校の部活動と同じようにスポーツや文化等の活動を学校教育の一環として行っている場合については、学校において、児童の発達の段階や教師の勤務負担軽減の観点を十分に考慮し、休養日や活動時間を適切に設定する。

## 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 委員会は、国のガイドラインに則り、「北海道の部活動の在り方に関する方針」を参考に、本方針を策定する。

イ 校長は、学校教育目標等を踏まえ、本方針に則り、毎年度「学校の部活動に係る活動方針（以下「活動方針」という。）を策定するとともに、校内に部活動に係る相談・要望の窓口を設置する。

ウ 校長は、上記イの「活動方針」及び「相談・要望窓口」の担当等をホームページへの掲載等により公表する。

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（活動日時・場所、休養日及び大会参加日程等）の作成・提出を求める。

また、校長は、部活動顧問に対し、毎月の活動計画にある活動の開始及び終了時間を遵守するよう指導するとともに、計画を変更する場合は、あらかじめ校長の承認を得るよう指導する。

オ 校長は、上記エの各部活動の年間の活動計画、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整えられているか等の観点から、必要に応じて指導・是正を行う。

カ 校長は、部活動顧問に対し、当該顧問が年間及び毎月の活動計画、活動全般及び大会出場等に要する経費等に係る資料（部活動通信等）を配布するなどして、「活動方針」とあわせて、保護者・生徒の理解を得るよう指導するとともに、部活動顧問や生徒・保護者の負担が過度とならないよう指導する。

キ 委員会は、各学校において部活動の活動計画の策定等が効率的に行えるよう、簡素で活用しやすい様式の作成等を行う。

### (2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に持続可能な部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置する。

イ 校長は、部活動顧問の決定に当たっては、校務全体が効率的・効果的に実施される必要があることを鑑み、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、運営及び管理に係る体制が構築されるよう十分考慮する。

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、部活動の活動状況や生徒の状況等を交流する場（部活動顧問会議等）を定期的に設ける。

エ 委員会は、各学校の規模、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の状況を把握しながら、必要に応じて部活動指導員を任用するとともに、村内スポーツ・文化団体との連携・協力を図り、部活動の運営、指導等を支援する。

なお、部活動指導員の任用・配置に当たっては、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、生徒の発達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、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）を遵守することなどについて指導、徹底させる。

オ 委員会は、部活動顧問を対象とする指導に係る知識及び実技の質の向上並びに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の徹底、また、学校の管理職を対象とする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等の取組みを行う。

また、部活動顧問が、部活動の運営方法や指導方法等の理解を深めることができるよう、研修の充実に努める。

カ 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 日も文部科学大臣決定）」及び「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）」を踏まえ、法令に則り、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

### (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、部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化や気象条件などの環境変化に十分注意するとともに、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。委員会は、学校におけるこれらの取組みが徹底されるよう、学校保健安全法(昭和33年法律第56号)等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行う。

- イ 校長は、運動部顧問に対し、次のことを指導・徹底する。
- スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るために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・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等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、生徒とコミュニケーションを十分に図ること。
  - 生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等、それぞれの目標が達成できるよう、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等により、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。
  - 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連携・協力し、発達個人差や男性・女性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。

## (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、部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化、気温や湿度などの環境の変化に十分注意をするとともに、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)及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。

委員会は、学校におけるこれらの取組みが徹底されるよう、学校保健安全法(昭和33年法律第56号)等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行う。

- イ 校長は、文化部顧問に対し、次のことを指導・徹底する。
- 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ことが必要であること。
  - 過度の練習が生徒の心身に負担を与え、文化部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うこと等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の活動に親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーション

を十分に図ること。

- 生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会、コンクール、コンテスト、発表会等でのそれぞれの目標を達成できるよう、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングや活動の積極的な導入等により、休養を適切に取り、短時間で効果が得られる指導を行うこと。
- 専門的知見を有する教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や男性・女性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。

### (3) 部活動用指導手引の普及・活用

- ア 委員会は、関係団体等が作成した部活動用指導手引を、関係団体等と連携して村内の学校に周知し、活用を図る。
- イ 校長は、部活動顧問に対し、上記の指導手引を活用して、合理的でかつ効率的・効果的な指導を行うよう指導する。

## 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、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、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、以下を基準とする。
  - 学期中における部活動の休養日は、週当たり2日以上を設ける。  
(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。)休養日となる週末・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返る。  
また、学校閉庁日は、休養日とし、道民家庭の日(毎月第3日曜日)は、可能な限り休養日とするよう努める。  
大会・試合、コンクール、コンテスト、発表大会等(以下「大会等」という。)の前で、やむを得ず活動を行う場合(中体連、中文連、高体連、高野連、高文連、定通連等が主催する大会等の日の前日から起算して1カ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、学期中に準じた扱いを行い、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある一定程度の休養期間(オフシー

ズン) を設ける。

- 1日の活動時間は、平日で2時間程度とし、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。

休業日の活動時間は、大会等への出場、練習試合、合宿をおこなう場合や、中体連、中文連、高体連、高野連、定通連等が主催する大会等の日の前日から起算して1カ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、こうした取扱いをした場合であっても、成長期にある生徒のバランスのとれた生活や、部活動指導に関する教師の負担軽減に十分留意する。

なお、気象庁の高温注意情報が発せられた当該地域・時間帯じゃ、原則として活動を行わない。

- イ 高等学校段階においても、上記の基準を基本とするが、中学校教育の基礎の上に多様な教育が行われていることや次の点に留意し、休養日や活動時間を弾力的に設定することも考えられる。

高等学校段階においては、中学校段階に比べて

- 生徒の発達段階及び技術の習得状況に差が出てくること。
- 生徒自身の興味・関心に応じて、生徒による自主的・自発的な活動が多様化していくこと。
- スポーツや文化、科学等の部活動と密接に関わる分野への進路希望を有する生徒もいること。

ただし、弾力的に休養日等を設定する際には、校長からの申出があった部活動が、委員会が別に定める要件に当てはまる場合に、下記ウの休養日の下限及び活動時間の上限の範囲内での活動を行うことができるものとし、学校全体として、持続可能な部活動の運勢体制の構築を図る。

その際、当該部活動の活動計画及び活動実績を委員会に提出する。

- ウ 上記アに掲げる原則(休曜日～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カ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当たっては、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は、次の

とおりとする。

(ア) 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）以上の休養日を設けるほか、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。（週末又は祝日の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。

(イ) 活動時間の上限

- a 1日の活動時間は、長くとも平日で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。

エ 積雪のため屋外での活動が制限される部活動や、主に冬季間に行われる部活動等についても、休養日及び活動時間は上記アの基準を原則とするが、原則どおり運用することが困難と認められる場合は、ある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、特例的な取扱いとして、次に示す休養日の設定及び活動時間で実施することができるものとする。

- 休養日は、平日又は休業日を問わず、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。
- 活動時間は、長くとも平日で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、平日が2時間程度、休業日（学期中の週末を含む）が3時間程度となるよう実施すること。

ただし、こうした実施の仕方の場合であっても、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。

オ 校長は、1（1）イに掲げる「活動方針」の策定に当たっては、国のガイドラインの基準を踏まえるとともに、本方針に則り、各部活動の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、校長は、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を徹底する。

カ 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、次のような実施の仕方も考えられる。

- 定期試験前後の一定期間等、部活動共有、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、生徒と部活動顧問の負担が過度にならないよう適性な数の部活動数を考慮した上で、既存の部活動の統廃合などと合わせて、競技力や技能の向上や大会等での成績以外にも、適度な頻度で行ったり、スポーツ・芸術文化等の活動に興味と関心をもつ同好の生徒が、学級内とは異なる人間関係の形成したりする等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる部活動の設置について検討する。

なお、部活動の設置や統廃合に当たっては、校内で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う。

イ 委員会は、少子化に伴い、単一の学校では特定の競技・文化活動を行うことができない場合、教育課程との関連を勘案して、複数校の生徒が拠点校の活動に参加する合同部活動の取組みを検討することとし、校長は、例えば、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のみ合同練習を行うなど、双方の移動に係る時間を含め、合同チームや合同練習による行動を行うことにより、生徒と部活顧問の負担が過度のならないことなどを考慮した上、実施の可否を判断する。

なお、合同練習などを行う際の移動時間については、生徒の活動時間にくくめないこととするが、長時間の移動を伴う合同練習等の実施に当たっては、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、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する。

### (2) 地域との連携

ア 委員会及び校長は、家庭の経済状況にかかわらず、生徒のスポーツ環境の充実や芸術文化等の活動に親しむ機会の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域の人々の協力、社会教育施設や文化施設

の活用、地域の関係団体との連携、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供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スポーツ・芸術文化等の活動のための環境整備を進める。

イ 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、生徒がスポーツ・芸術文化等の活動が親しめる場所が確保できるよう、学校施設開放事業を推進する。

ウ 委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に子供の健全な成長のための教育、スポーツ環境の及び芸術文化等の活動に親しむ機会の充実を支援するパートナーという考え方の下、こうした取組みを推進することについて、保護者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

ア 委員会は、学校の部活動が参加する大会等（地域からの要請により参加する地域の行事・催し等含む。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等を主催者や競技団体等に要請する。

イ 校長は、本方針の「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、生徒や部活動顧問の負担が過度とならないこと等を考慮して、学校の部活動が参加する大会等の回数に上限の目安等を定め、参加する大会等を精査する。

## 6 部活動の充実に向けて

### (1) 部活動指導の充実を図る取組み

委員会は、部活動の教育的意義を踏まえ、効果的に部活動指導を行い、成果を上げている事例を把握し、部活動の適切な実施及び充実に資するよう周知・普及に努める。

### (2) 女子の指導に当たっての留意点

女子の指導に当たっては、女性特有の健康問題（女性アスリートの3

主徴（利用可能エネルギー不足（\*注）、無月経及び骨粗しょう症、貧血等）の予防対策に関する正しい知識を得た上で行う。

（\*注）「利用可能エネルギー」とは、食事からとる摂取エネルギーから運動により消費されるエネルギーを引いた残りのエネルギー量をさします。これは、基礎代謝や日常活動に使用可能なエネルギー量です。つまり、「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さし、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ます。

### （3）部活動顧問と生徒の信頼関係づくり

部活動は、生徒の自主的、自発的な参加により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・徹底する。

- 指導の目的、技能等の向上や生徒の心身の成長のために適切な指導の内容や方法であること等を、生徒に明確に伝え、理解させた上で取組ませるなど、部活動顧問と生徒の両者の信頼関係づくりが活動の前提となること。
- 部活動顧問と生徒の間に信頼関係があれば、指導に当たって体罰等を行っても許されるはずとの認識は誤りであり、指導に当たっては、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こと。

### （4）部活動内の生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり

校長は、部活動においては、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等の特色をもち、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、部活動顧問に対して、次のことを指導・徹底する。

- 部活動顧問が、生徒のリーダー的な資質・能力の育成とともに、協調性、責任感の涵養等の望ましい人間関係や人権感覚の育成、生徒への目配り等により、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た適切な集団づくりに留意すること。

### （5）家庭や地域との連携を図る取組み

校長は、部活動参観として保護者に部活動を公開する場を設けるなどして、保護者の部活動への理解を深め、学校と家庭が連携しながら部活動指導に取り組めるよう環境づくりに努める。

また、上記5のアの要請及びイの精査に当たっては、部活動が、地域の

人々の協力や地域の関係団体との連携、民間事業者の活用等により、学校と地域が共に子供を育てるという視点が重要であることに十分配慮して、判断する。

#### (6) 障がいのある生徒の部活動の充実

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る。

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る。

### 終わりに

委員会は、学校の取組状況などを踏まえ、必要に応じて、本方針の内容を見直すこととし、校長は、本方針が見直された際には、速やかに「活動方針」の内容について、必要な見直しを行う。