

立川市教育委員会 殿

学校名 立川市立立川第一中学校  
校長名 飯田芳男

## 立川市立立川第一中学校の運動部活動に係る活動方針

### 本方針策定の趣旨等

- 本方針は、スポーツ庁の「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」、東京都の「東京都教育委員会 運動部活動の在り方に関する方針」、立川市の「立川市立中学校に係る運動部活動の方針」に則り策定したものであり、本方針に基づき、以下の点に重視して持続可能な運動部活動の在り方について検討し、速やかに改善に取り組む。なお、本方針は毎年度策定する。

- ・ スポーツ、文化、芸術等に興味・関心をもつ同好の生徒が、学年・学級を超えて組織し、部員同士が互いに切磋琢磨しあい、より高い技能、記録を追求する計画的・継続的な活動を通し、学校教育目標の具現化を図る。
- ・ 部内や部長会等の組織活動を通して、主体性を育て、リーダーの育成を図る。
- ・ 地域の教育力を生かした部活動運営をすることで、地域の学校としての位置付けを深める。
- ・ 学校全体として、運動部活動の指導・運営が適切に行われるよう、体制を構築する。

- 文化部活動に関しても、文化部活動の特性を踏まえつつ、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」及び本方針に準じた取扱いを行う。

## 1 適切な運営のための体制整備

### (1) 運動部活動に係る年間・毎月の活動計画及び活動実績の策定等

ア 本方針に基づき、運動部顧問は、別紙の年間の活動計画（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等）を作成し、校長に提出する。

イ 本方針及び上記アの活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。

## (2) 指導・運営に係る体制の構築

- ア 生徒・教員の数や実態、中学校部活動指導員の配置状況並びに中学校部活動外部指導員の活用状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全確保、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、適正な規模の運動部を設置する。
- イ 運動部顧問は、適切な指導を行うため、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の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）に関する規定を遵守することの大切さを学ぶ研修及びスポーツ指導に係る知識及び実技の質の向上を図るため研修等に参加する。
- ウ 中学校部活動指導員及び中学校部活動外部指導員は、学校教育について理解し、適切な指導を行うため、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の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）に関する規定を遵守すること等に関し、立川市教育委員会が行う研修を受ける。
- また、地域学校協働本部事業を活用して、中学校部活動指導員及び中学校部活動外部指導員の人材確保に努める。
- エ 運動部顧問の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌や、部活動指導員の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。
- オ 毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各運動部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行い、立川市教育委員会に毎月の活動実績（活動時間を含む）を報告する。
- カ 教師の運動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の徹底について（平成30年2月9日付け文科初第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。
- キ 学校における新型コロナウイルス感染症に関わる衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～等の最新版を踏まえ、手洗いなどの基本的な感染症対策を徹底する。

## 2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

### (1) 適切な指導の実施

ア 運動部活動の実施に当たっては、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。

イ 運動部顧問は、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、また、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とともに、生徒の体力向上や、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、生徒とのコミュニケーションを十分に図り、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。

また、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、発達個人差や女子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。

### (2) 運動部活動用指導手引の活用

運動部活動顧問は、運動部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のために、中央競技団体が作成した指導手引を活用して、2(1)に基づく指導を行う。

## 3 適切な休養日の設定

ア 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ることができるよう、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、以下を基準とする。

#### 【休養日】

- 1 学期中は、週当たり2日以上以上の休養日を設ける。(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、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 長期休業中の休養日の設定についても、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動ができるよう、ある程度、長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。

#### 【活動時間】

1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、週休日（祝日等を含む）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。

イ 各運動部の休養日及び活動時間等については上記の基準に基づき設定し、ホームページ等で公表する。また、各運動部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。

#### 4 学校単位で参加する大会等の見直し

今まで参加してきた大会が、生徒の意欲や技能の向上等にとって有効であったか、また生徒や運動部顧問の過度な負担となっていなかったかを見直す必要がある。

今年度については、東京都中学校体育連盟及び立川市教育委員会の見解を踏まえ、生徒の教育上の意義や生徒や運動部活動顧問の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会等を精査していく。

東京都（全国）中学校体育連盟主催、立川市主催のもの他、校長が認めた大会への参加を認める。

#### 5 設置している運動部活動名

- サッカー部
- ソフトテニス部
- バスケットボール部
- 女子バレーボール部
- 卓球部
- バドミントン部
- 陸上部
- 水泳部
- 新体操部
- テニス部
- 剣道部

#### 6 設置している文化部活動名

- 美術部
- 吹奏楽部
- 技術部