

令和8年度鎌ヶ谷市立第四中学校 部活動ガイドライン



(R7年度総合体育大会・コンクールより)

令和8年4月改訂

目次

1	ガイドラインの趣旨	・・・ 2
2	基本的な考え	・・・ 3
3	部活動の在り方に関する方針	・・・ 4～5
4	学校及び顧問・部活動指導員等の役割	・・・ 6～9

1 ガイドラインの趣旨（鎌ケ谷市教育委員会より）

学校部活動は、各部活動の責任者（以下「部活動顧問」という。）の指導のもと学校教育の一環として行われ、教員の献身的な支えにより生涯にわたってスポーツや文化に親しむ能力・態度を育んできました。また、体力や技能の向上を図る以外にも、異年齢との交流の中で生徒同士や生徒と教師との好ましい人間関係の構築を図り、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、学校という環境における生徒の自主的で多様な学びの場として教育的意義を有してきました。

鎌ケ谷市教育委員会では、平成30年にスポーツ庁及び文化庁が「部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定されたことを踏まえ、令和元年度（平成31年4月）に『鎌ケ谷市部活動ガイドライン』を策定しました。冒頭のガイドラインの趣旨には「各学校においては、従前行われてきた指導方法や練習方法を容易に継承するのではなく、部活動に対する意識を改革し、練習方法の在り方や休息の取り方等、多方面から検証することが必要であり、短時間で効果の得られる合理的かつ効率・効果的な指導の実施が求められています。～中略～鎌ケ谷市教育委員会は、社会的状況や地域の実情を鑑み、生徒がなお一層心身のバランスのとれた成長と豊かな学校生活が実現できるよう考慮し…」と謳い、各学校にそれぞれ『部活動ガイドライン』を策定するよう求めました。

以後、少子化による部員数の減少、教員の大幅な世代交代や指導する教員の専門性の低下、教員の超過勤務、加えて生徒や保護者のニーズの多様化といった解消しなければならない課題が社会全体の問題として顕著になってきました。

令和4年6月及び8月には、これらの具体的な方策として、スポーツ庁及び文化庁に設置した「部活動の地域移行に関する検討会議」から提言が出されたことを受け『学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方に関する総合的なガイドライン』が、そして県からは翌令和5年3月に『地域全体で子どもたちを育てる学校部活動及び地域クラブ活動の在り方に関するガイドライン』が示されたことにより、今回の『鎌ケ谷市部活動ガイドライン』の改訂に至りました。

鎌ケ谷市教育委員会では、学校部活動において国や県からこのような経緯で内容が示されたことを熟考すると、特に教員が顧問を務めることは専門性や意思に関わらず指導體制等について従前からの考えから脱却し、持続可能な運用を目指すべき時代がやってきたものと捉えています。よって、学校部活動の地域連携（部活動指導員の配置）並びに地域の運営団体・実施主体による地域スポーツクラブ活動及び地域文化クラブ活動への展開（地域クラブ活動の設置）へと国や県の動向を注視し、協議を重ねながら順次進めていきたいと考えています。

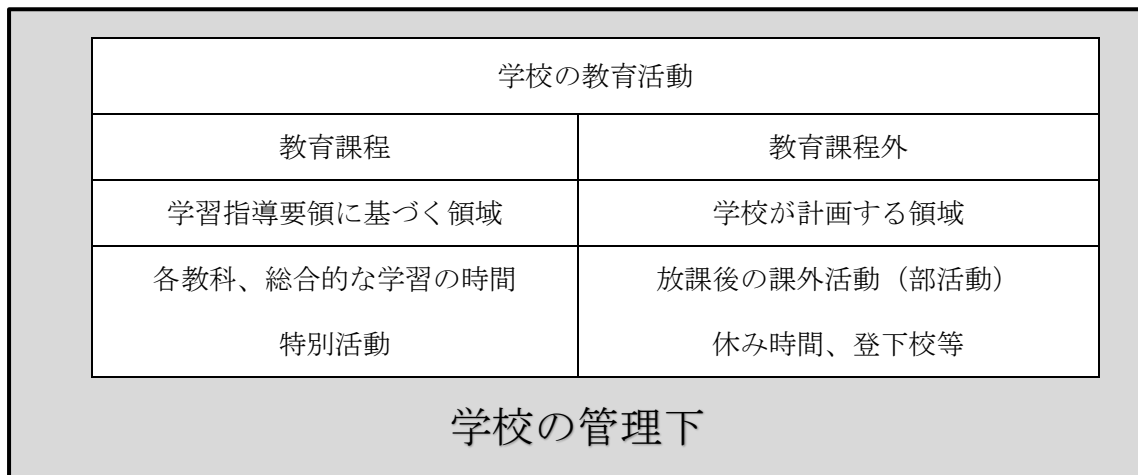
2 基本的な考え

(1) 部活動とは

学校における部活動は、教育活動の一環として行われ、スポーツや文化、芸術活動に興味・関心をもつ生徒が、部活動顧問のもと、自主的に組織され、より高い水準の知識、技術や記録を追求する中で、活動そのものの楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験するものである。

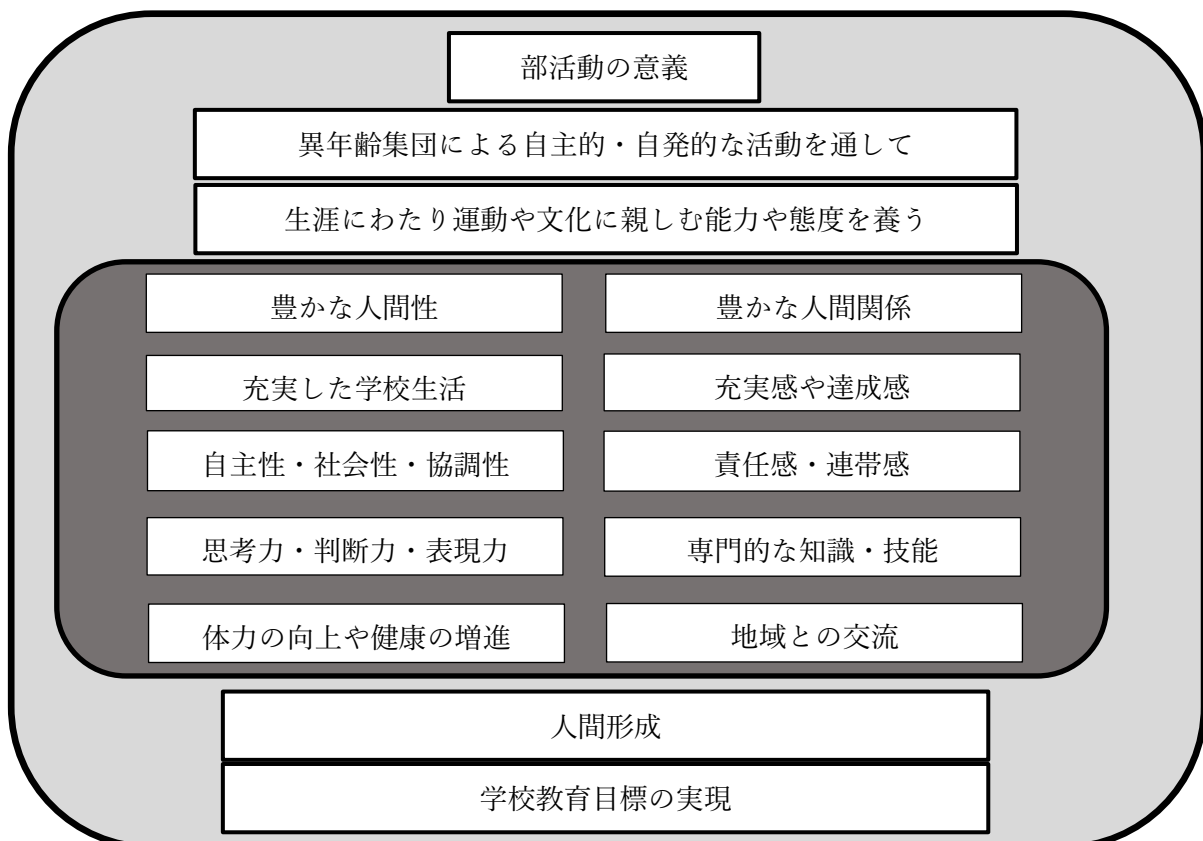
(2) 部活動の位置づけ

『部活動の位置づけ』は、「教育課程外」に学校が計画し実施する教育活動とされ、校務分掌に位置づけられている者が行うのが通例である。



(3) 部活動の意義

『部活動の意義』としては、一般的に以下のようにまとめることができる。



3 部活動の在り方に関する方針

(1) 方針の策定

本ガイドラインは学校ホームページ等で公表する。また、ガイドラインについては、毎年度見直しをする。

(2) 活動について

活動については、大会や練習試合も含め、校長の承認のもと、計画的に行うこととする。

【活動時間及び休養日の設定】

- 生徒が安全に下校できるように、日没等を考慮した完全下校時刻を設定し、練習時間を決定する。
- 定期テスト等の直前における練習及び練習試合は控える。
- 毎月の活動予定表は、前月の第3週末までに顧問が部活動担当に提出し、ガイドラインに則った計画であるか確認のもと、生徒・保護者へ配付する。

【平日の活動について】

- ① 平日の練習時間は、朝・放課後合わせて2時間以内とする。ただし、大会及びコンクール等の参加のために、長い時間、活動が必要な場合は、1日あたりの練習時間や日没時間等の安全面を考慮し、延長練習を行うことができる。
- ② 学期中（長期休業中を除く。）は、平日に1日は休養日を設けることを基準とする。

【朝の活動について】

練習の回数については、朝と放課後を合わせて1週間に8回のうち、多くとも5回までとする。その中で、朝の練習はできるだけ行わないようにするが、部活動の特性によっては行う場合もある。具体的には、朝の練習は以下のとおりとする。

- ① 体育館や健誠館等、屋内で活動する部については、特別な場合を除いてグラウンド等での朝練習は行わない。グラウンド等、屋外で活動する部についても、特別な場合を除いて屋内での朝練習は行わない。
- ② 原則、朝練習の回数は放課後の練習の回数より多くならないようにする。（ただし、体育館の割り振り等により、都合が悪い場合はその限りではない。）
- ③ 大会終了後の1週間は、その週末に次に大会がない限り、朝練習は行わない。

【休日の活動について】

- ① 原則土曜日、日曜日のいずれかに1日休養日を設ける。ただし、大会やコンクール等の参加のために、土曜日、日曜日等の休日に連続して部活動を実施することもある。土日連続して活動を行う場合は、通常の平日の休養日の他に、直後の週の平日にその代わりとなる休養日を設ける。
- ② 土曜日や日曜日等の休日に活動する必要がある場合は、3時間程度の練習とする。ただし、大会や練習試合等で3時間を越えて活動することもある。

【祝日の活動について】

- ① 祝日は、原則休養日とする。地域行事等で部活動を実施しなければならない場合は、管理職に必ず相談し、直後の週の平日にその代わりとなる休養日を設ける。
- ② 祝日と土日が連続している3連休等の場合は、祝日に部活動を実施することができる。ただし、3日のうち2日のみの活動とし、1日は休養日とする。

【大会前の活動について】

- ① 大会やコンクール等の参加のために、土曜日、日曜日等の休日に連続して部活動を実施することがある。その際は、通常の平日の休養日の他に、直後の週の平日にその代わりとなる休養日を設ける。その週に祝日がある場合は、それに代えてもよい。夏の総合体育大会やコンクールの場合は、3週間前の土日からとする。その他の大会やコンクールの場合は、2週間前の土日からとする。
- ② 大会やコンクール等の参加のために、長い時間、活動が必要な場合は、1日あたりの練習時間や日没時間等の安全面を考慮し、延長練習を行うことがある。夏の総合体育大会やコンクールの場合は、3週間前の土日からとする。その他の大会やコンクールの場合は、2週間前の土日からとする。
- ③ 学校閉庁日（8月・年末年始）に原則として部活動は実施しない。ただし、関東大会や全国大会等に出場するにあたり練習が必要な場合は、保護者の了承をとり、練習を行うことがある。その場合は、長期休業中にその代わりとなる休養日を設ける。

【長期休業中の活動について】

- ① 長期休業中の練習については、3時間程度とし、週2日以上休養日を設ける。

(3) 各種大会・コンクール・練習試合・地域行事等の参加について

- ① 生徒の発達段階から、大会やコンクール、練習試合、地域行事等に参加する回数について多くなりすぎないようにする。また、保護者の経済的負担や休日の家族の予定なども考慮して、計画的に参加させる。
- ② 実施日、場所、時間、引率方法、引率者、交通手段等について、文書等で事前に校長の承認を得る。校長が承認していないものについては、各種大会・コンクール・練習試合・地域行事等に参加することができない。
- ③ 大会やコンクール、練習試合、地域行事等の参加については、月の活動計画に位置づけ、参加希望者の保護者の承諾を得なくては、参加することができない。
- ④ 大会やコンクール、練習試合、地域行事等に参加に要する活動日数に対して、必要な休養日を設ける。
- ④ 定期テスト等の直前における活動は控えるのが原則であるが、総合体育大会等、県レベルの大会・コンクール等のため、保護者の了承をとり、実施することがある。
- ⑤ 対外試合等で公共交通機関を使用する場合は、基本的には顧問または部活動指導員が引率する。ただし、大会役員や物品の運搬等があり、引率ができない場合は事前に安全指導を行い、生徒のみで移動することもあり得る。

4 学校及び顧問・部活動指導員等の役割

活動方針の策定については、学校の教育目標を踏まえた上で、生徒が生涯にわたってスポーツや文化、芸術活動に親しむ基礎を育むこと、発達の段階に応じバランスのとれた心身の成長を促すことに十分留意することが必要である。

大会等で勝つことのみを重視し過重な練習を強いることがないようにすること、健全な心と身体を培い豊かな人間性を育むためのバランスの取れた運営と指導をすることなどが大切である。

(1) 運営上の留意事項

ア 組織的運営

部活動は、単に生徒の自主的な活動による資質向上と生涯にわたってスポーツや文化、芸術活動に親しむ基礎を養うだけでなく、学校の教育目標の実現に向けても効果が期待されるものであるため、生徒の人間形成の場として、学校運営上の重要な柱と位置づけ、学校全体で組織的に運営していく。

イ 教育的配慮

部活動は、生徒が対象であることを考え、生活のバランスや生徒の健やかな成長に向けての教育的配慮を行う。

顧問・部活動指導員等は、生徒自らが意欲をもって取り組むことができるよう、雰囲気づくりや心理面での指導の工夫をし、生徒が自己肯定感を高め、自信をもてるような指導を行う。また、過度な勝利至上主義な指導にならないよう、細やかな配慮をする。

顧問・部活動指導員等の感情により指導内容や方法が左右されないように注意する。活動目標によっては、生徒に大きな肉体的負荷を課したり、精神的負荷を与えたりする練習が想定されるが、生徒の疲労状況や精神状況をしっかりと把握する。また、部活動のキャプテン等、一人の生徒に過剰な負担がかからないように配慮する。

ウ いじめの防止

部活動は複数の学年の生徒が参加し、同一学年でも異なる学級の生徒が参加するため、顧問・部活動指導員等が生徒同士の人間関係をしっかりと把握し、指導する。また、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意識の育成、生徒への目配り等により、上級生による暴力行為等の発生の防止を含めた適切な集団づくりをする。

部活動においても、「いじめは、決して行ってはならない」という強い認識のもと、学級担任や養護教諭等との連携を含め、様々な角度から生徒の姿を把握していく。また、日頃から生徒が不安や悩みを相談しやすい体制を整え、組織で早期発見および早期対応ができるように体制を整える。

エ 部活動指導員等の役割

【部活動指導員】

学校教育法施行規則に基づき学校設置者（市教育委員会）が雇用する会計年度任用職員で、部活動の顧問の代わりとなることが可能。

【外部指導者】

部活動指導員以外の指導者で、学校設置者（市教育委員会）と雇用関係を結び、顧問と連携・協力関係のもと部活動の指導に関わる。

(2) 地域・保護者との連携

ア 地域・保護者への情報提供

年度当初の保護者会を開くとともに、機会をとらえて部活動参観や保護者会、部活動通信等を活用し、地域・保護者の意見を聞いたり、顧問・部活動指導員等の考えを伝えたりする機会を設ける。

イ 保護者負担の軽減

部活動については、保護者の経済的な負担への配慮も欠かしてはならない。特に、経済的な理由で生徒が制約を受けることがないように、学校は最大限の配慮をする。

ウ 部活動指導員と保護者との連絡体制

保護者及び生徒との連絡は、学校管理下のもと行う。日常的な連絡（出欠席・活動予定・持ち物等）は、学校が指定する連絡手段を用いて行い、活動中の事故や疾病発生時の連絡は、速やかに校長へ報告し、保護者への連絡は原則として学校が行う。緊急時にやむを得ず部活動指導員が直接保護者へ連絡した場合には、その内容を速やかに校長へ報告する。

(3) 事故の防止

顧問・部活動指導員等は、活動中のあらゆる場面において、常に生徒の健康面への配慮や安全確保を図る。特に身体活動を伴う部活動においては、特段留意していく。

ア 発達段階に応じた指導

けがや事故を防ぐために、顧問・部活動指導員等が、生徒の発達段階や体力、技術の習得状況等を把握し、発達段階に十分配慮した段階的・計画的で生徒にとって無理のない練習となるように留意する。また、練習の目的及び内容や効果的な練習方法を生徒に伝える。

イ 健康状態の把握

生徒には、自らの健康状態について関心や意識を持たせる。顧問・部活動指導員等は、生徒に適度な休養や栄養の補給に留意させるとともに、活動に際し健康観察を適切に行い、体調が優れない生徒に対しては無理をさせず、活動内容を制限させるか休ませるなどの対応をする。

ウ ルールの徹底

生徒一人一人が、安全に関する知識や技能を身に付けさせ、生徒自身が積極的に自分や仲間の安全を守れるようにする。事故防止のために、それぞれの種目の特性に合わせて練習中や活動中に守るべきルールを定め、年度当初に生徒に周知するとともに、機会を捉えて繰り返し確認をすることにより徹底を図る。また、必要に応じて掲示物を作成し、示したり、地域・保護者に対しても協力を依頼したりする。

大会等で学校外の場所へ移動する際は、顧問・部活動指導員等の引率責任者がつくことを基本とし、公共交通機関を利用する際のマナー等については、日頃から十分に指導する。

エ 安全点検

学校及び顧問・部活動指導員等は、施設・設備や用具の管理には万全を期す。部活動として、生徒に施設や用具を大切にすることを意識を高め、習慣的に小さな不備も見落とさない視点を養成する。施設・設備、用具を正しく使用し、事故が起きないように指導する。

オ 事故発生時の対応

事故の予防に努めるとともに、万が一に備え、事故発生時の対応について全職員で共通理解を図り、緊急体制を確立しておく。年度当初に、けが人や病人の発生から手当てや校長への報告、医療機関や保護者へ連絡、記録の保存等の校内体制について、教職員間で共通理解を図る。また、AEDを含む応急処置などの対応については、教職員が正確に行えるようにする。

カ 熱中症への対応

活動の内容や気象条件に応じてリスクが高まり、命の危険に直結することから、スポーツ・文化芸術活動の実施に当たっては、適切な対応が求められる。

したがって、下記の『暑さ指数（WBGT）に応じた注意事項等』の基準を共有するとともに、必要な連携を行う。また、顧問・部活動指導員等は、夏季であれば空調設備の整った施設の確保や、暑さ指数（WBGT）等の客観的数値に基づいた練習内容や練習時間の調整等、生徒の体調管理を最優先した対応を行う。

なお、暑さ指数（WBGT）については、運動を伴う活動前に毎回、計測・確認するとともに、気候の変化に注意しながら、活動中適宜、計測・確認する。

暑さ指数 (WBGT)	湿球温度	乾球温度	注意すべき活動の目安	日常生活における注意事項	熱中症予防運動指針
31℃以上	27℃以上	35℃以上	すべての生活活動でおこる危険性	外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	運動は原則中止 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
28～31℃	24～27℃	31～35℃	すべての生活活動で中等度以上の生活活動でおこる危険性	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒（激しい運動は中止） 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人は運動を軽減または中止する。
25～28℃	21～24℃	28～31℃		運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休	警戒（積極的に休憩） 熱中症の危険度が増すので積極的に休憩を取り適宜、水分・

				息を取り入れる。	塩分を補給する。激しい運動で30分おきくらいに休憩をとる。
21～25℃	18～21℃	24～28℃	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	注意（積極的に水分補給） 熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。

※特別な場合とは以下の3つを指す。

- 1 競技の継続が不可欠な大会の場合
 - ・すでに競技が開始されており、中止による影響が大きい。
- 2 水分・塩分補給と休憩の計画等の対策が徹底されている場合
 - ・高頻度な水分・塩分補給や休憩を取り、身体を冷やす環境が確保されている。
- 3 熱順化（体が暑さに慣れている）が完了していて、短時間で終了する場合
 - ・生徒が暑さに慣れており、体調管理が万全である。
 - ・短時間のトレーニングで終了する活動である。

キ 落雷事故の防止

屋外でのスポーツ活動等において、顧問・部活動指導員等は、落雷の危険性を認識し、事前に気象情報を確認するとともに、天候の急変などの場合にはためらうことなく計画の変更・中止等の適切な措置を講ずる。また、生徒等においても、落雷の危険を感知した際には、ためらうことなく顧問・部活動指導員等に申し出るよう、生徒の発達段階等を踏まえつつ指導する。