

上田市中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針

平成 30 年 6 月策定

平成 31 年 3 月改定

令和 7 年 4 月改定

上田市教育委員会

目次

I 指針の趣旨

1 策定の背景及び趣旨

2 本指針の適用範囲

II 学校部活動について

1 適切な運営のための体制整備

2 合理的かつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

3 適切な休養日と活動時間等

4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術の整備

5 部活動の地域連携

6 スポーツ・文化芸術活動運営委員会

7 部活動の地域クラブ活動への展開

III 部活動の延長として行われる社会体育・文化活動について

IV 取組状況の把握と方針の見直し

I 指針の趣旨

Ⅰ 策定の背景及び趣旨

中学校の部活動は、スポーツ・文化芸術活動に興味・関心のある同好の生徒が、自主的・自発的に参加し、体力や技能の向上、異年齢との交流の中での生徒同士や生徒と教員等との好ましい人間関係の構築、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、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います。

また、生涯にわたってスポーツ・文化芸術活動に親しむ習慣を身に付けるとともに、仲間と互いに競い励まし協力するなかで、公正さと規律を学び態度や克己心を培うなど、生徒が心身ともに健やかに成長していくうえで重要な活動です。

しかしながら、中学生期のスポーツ・文化芸術活動を取り巻く環境は、少子化による生徒数の減少、専門性や活動経験の有無に関わらず教員が顧問を担う必要があるなど、従前の運営体制等では活動が困難な状況が生じています。

長野県教育委員会は、中学生期の適切なスポーツ活動のあるべき姿を示した、「長野県中学生期のスポーツ活動指針（以下「県活動指針」という。）」を平成 26 年 2 月に策定。市教育委員会では、「県活動指針」に沿って、平成 27 年度から上田市立中学校の部活動について指導してきました。

平成 30 年 3 月にスポーツ庁が「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定、『学校設置者は国のガイドラインに則り、県活動指針を参考に、「設置する学校に係る運動部活動の方針」を策定する。』を受け、市教育委員会は、平成 30 年 6 月に本方針を策定しました。

平成 30 年 12 月には文化庁が「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定、『学校設置者は「設置する学校に係る文化部活動の方針」を策定する。』を受け、本来は運動部、文化部に分けて策定すべき方針を一本化し、平成 31 年 3 月に本方針を改定しました。

令和 4 年 12 月、国は従前の「ガイドライン」を全面的に見直した「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン（以下「国ガイドライン」という。）」を策定。部活動改革と、新たな地域クラブ活動への移行の方向性を示しました。

長野県教育委員会は、国ガイドラインを踏まえ、子どもたちが多様な選択肢の中から自主的・自発的に、また、安心・安全に活動できるよう、令和 6 年 3 月に、従前の県活動指針を「長野県中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針」と改め公表、長野県の中学生期のスポーツ・文化部活動の新たな姿を示しました。

これらの動向を受け、市教育委員会では、国ガイドライン及び県活動指針の策定を踏まえ、過渡期にある部活動の目指すべき姿を示すため、本方針を改定し「上田市立中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針」を策定します。

2 本指針の適用範囲

本指針は、上田市立の中学校の部活動に適用します。

なお、本指針では「国ガイドライン」及び「県活動指針」を基に徹底していただきたい事項と、上田市内の中学校で申し合わせた事項を中心に策定しました。本指針に記載されていない事項については、「県活動指針」を遵守してください。

Ⅱ 学校部活動について

Ⅰ 適切な運営のための体制整備

(1) 部活動に関する計画の策定等

ア 校長は、本指針に則り「学校の部活動に係る活動方針（以下「活動方針」という。）」を策定します。

イ 校長は、上記の活動方針を学校のホームページへの掲載等により公表します。

ウ 部活動顧問は、活動方針に則った年間活動計画並びに毎月の活動計画及び活動実績を作成し、校長に提出するとともに、当該部活動の生徒・保護者に情報提供します。

エ 部活動顧問は、年間活動計画等の作成に当たっては、次の点に留意します。

- ・生徒や保護者の思いを踏まえ作成するとともに、その内容について説明し、理解を得ること。
- ・年間を通じ、「トレーニング期、練習期」、「試合・大会期、コンクール等発表期」、「休養期」等に分けて、メリハリのある計画とすること。

オ 校長は、日常の活動においても必要な場合には適切な指示をすると共に、校内で部活動顧問同士の意見交換、指導の内容や方法の研究など、情報共有を図ります。

(2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 校長は、市教育委員会や地域と連携し、部活動指導員や外部指導者などの指導者の確保に努め、生徒や教員の数、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、教員の長時間勤務の解消等の観点から、円滑に持続可能な学校部活動を実施できるよう、適正な数の学校部活動を設置します。

イ 市教育委員会は、校長からの配置要望を踏まえ、部活動指導員を積極的に任用し、学校に配置します。

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）を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修を行

います。

ウ 校長は、部活動指導員が十分に確保できない場合には、外部指導者の配置に努めます。

エ 校長は、部活動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、教員の他の校務分掌や本人の抱える事情、部活動指導員の配置状況等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ります。

オ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、部活動の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ・文化芸術活動を行い、教員の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行います。

カ 市教育委員会は、部活動顧問を対象とするスポーツ・文化芸術活動の指導に係る知識及び実技の質の向上並びに学校の管理職を対象とする学校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を行います。

キ 市教育委員会及び校長は、教員の部活動への関与について、法令や「公立学校の教育職員の業務量の適切な管理その他教育職員のサービスを監督する教育委員会が教育職員の健康及び福祉の確保を図るために講ずべき措置に関する指針」（令和2年文部科学省告示第1号）に基づき、業務改善及び勤務時間管理等を行います。

ク 市教育委員会は、部活動指導員や外部指導者を確保しやすくするため、県教育委員会や地域のスポーツ・文化芸術団体等の協力を得ながら、指導者の発掘・把握に努めるほか、生徒の多様なニーズに応えられる指導者の養成や資質向上の取組を進めます。

2 合理的かつ効率的・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 校長、部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理、(スポーツ傷害・外傷の予防や文化部活動中の傷害・外傷の予防、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します。特に運動部活動においては、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」、文化部活動においては、平成30年12月に作成した「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」に則り、また、下記(ア)、(イ)の指針等の取扱にも十分留意します。

(ア) 熱中症事故防止の観点から、「熱中症予防運動指針(公益財団法人日本スポーツ協会)以下「JSPO」という」等を参考に、例えば熱中症特別警戒アラート及び熱中症警戒アラートが発せられた当該地域時間帯における活動は原則として行わないようにし、必要に応じて活動する場合には冷房の効いた部屋に移動する等、適切に対処します。

- (イ) 重大事故の防止に向け、「頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート(長野県教育委員会)」を体育施設等に掲示し、安全に十分配慮して指導するとともに、脳しんとうを含む頭頸部損傷における競技への復帰に際しては、医師の診断を仰ぐ等、適切に対処します。

(2) 適切な指導の在り方

- ア 運動部活動の部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、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必要があること、また、過度の練習がスポーツ傷害のリスクを高め、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し、指導を行います。
- イ 運動部活動の部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、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、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を図り、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います。
- ウ 文化部活動の部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、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等を適切に取る必要があること、また、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し、分野の特性等を踏まえた効率的・効果的な練習・活動の積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行います。
- エ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、生徒のスポーツ・文化芸術等の能力向上や、生涯を通じてスポーツ・文化芸術等に親しむ基礎を培うとともに、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、下記ク、ケに示した手引書や研修等を活用し、生徒とコミュニケーションを十分に図りながら指導を行います。
- オ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、専門的知見を有する教員等と連携・協力し、発達の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います。
- カ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、スポーツ・文化芸術活動を行う上で勝利や好成績を目指したり、今以上の水準や記録に挑戦したりすることは自然なことですが、そのみを重視した過度な活動とならないよう十分に留意します。
- キ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、中学生期だけでなく、次のステージへ、そして生涯にわたるスポーツ・文化芸術活動へとつなげていく責任を担っていることを自覚し、生徒の多様なニーズに応じるため、生徒との意見交換等を通じて生徒の実態に応じた運営、生徒の主体性を尊重した活動の工夫をします。
- ク 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、運営方法や指導方法を定期的に振り返

りながら改善する等、柔軟な運営に努めます。

ケ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、部活動指導者研修講座や部活動指導講習会等に積極的に参加します。

コ 運動部活動の部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、「運動部活動指導運営実践マニュアル集（長野県中学校体育連盟及び県教育委員会）」や、中央競技団（スポーツ競技の国内統括団体）が作成した運動部活動の指導手引書を活用し、合理的で効果的かつ効果的な指導を行います。

（３）部活動の充実に向けた地域との連携

ア 運動部活動においては、発育・発達段階にある中学生期の心身の成長に寄与する医科学的な知見に基づく指導を行うことが必要なため、スポーツドクター、アスレティックトレーナー、栄養士、カウンセラー等との連携を図ります。

イ 部活動顧問の状況や生徒のニーズ等によっては、優れた指導力を持つ地域指導者の協力を得て活動を行うことが、より効果的です。

3 適切な休養日と活動時間等

（１）心身の成長過程にある中学生期の部活動については、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おくることができるよう、以下を基準とする。

ア 平日は少なくとも１日、土日（以下「週末」という。）は少なくとも１日以上以上の休養日を設定する。（週当たり２日以上以上の休養日）

イ 週末に練習試合や大会への参加等で活動した場合は、休養日をできるだけ他の週末に振替、週末の活動が常態化しないようにする。

ウ 長期休業中の休養日の設定は、休業期間中の半分以上とする。また、生徒が十分な休養をとることができるとともに、部活動以外の多様な活動を行うことができよう、ある程度長期の休養期間を設ける。

エ 平日の総活動時間は、２時間程度までとする。遅くとも午後７時までには活動を終わらせる。（「活動時間」とは、身体的な活動を行う時間であり、準備・片付け・ミーティング・会場への移動や試合前後の休憩・見学等は含まない。）

オ 学校の休業日（学期中の週末を含む。）の活動時間は、午前、午後にわたらないようにし、３時間程度とする。

カ 放課後の活動時間の確保を基本とし、朝の部活動は、原則として行わない。ただし、次の場合は例外として認める。

・冬期間で日没が早いいため練習時間が確保できない時期

（１０月から３月まで、または９月から２月まで）

- ・運動部活動において、中学校体育連盟主催大会の2週間前から行う調整程度の活動
- ・いずれの場合も、30分程度とし、1日の総活動時間の2時間以内に含める。

(2) 部活動の終了が日没後の場合は、生徒の安全な帰宅に配慮し、保護者の迎えが必要であることから、生徒や保護者に十分な説明をし、理解を得た上で行うこと。また、部活動の送迎の際の自動車事故については、運転者の自己責任になることを説明し承諾を得ること。

(3) 校長は、「学校部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、本基準に則り、休養日及び活動時間等を設定します。また、各部活動の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底します。

なお、休養日及び活動時間等の設定に当たっては、学校や地域の実態や、生徒・保護者のニーズ等を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、運動部共通、文化部共通、学校全体の部活動休養日やオフシーズンの設定等のほか、本基準を逸脱しない範囲で、週間、月間、年間単位での活動頻度・時間の目安を定め、柔軟に活動することを検討します。

(4) 市教育委員会は、上記(3)に関し、適宜、支援や指導・是正を行います。

(5) 展開期においては、学校部活動と地域クラブ活動の両方で活動するケースや、多様な活動に参加する生徒もいることから、部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、生徒の活動時間や内容を把握するとともに、指導者間で連携を図り、生徒の健康管理やニーズに配慮した活動になるよう努めます。

4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

(1) 校長は、市教育委員会や地域と協力し、学校の指導体制等に応じて、性別や障がいの有無を問わず、技能等の向上や大会等で好成績を収めること以外にも、気軽に友達と楽しめる、適度な頻度で行える等多様なニーズに応じた活動を行うことができる、次のような環境を整備します。

ア より多くの生徒の運動機会の創出が図られるよう、季節ごとに異なるスポーツを行う活動、競技・大会志向でなくレクリエーション志向で行う活動、体力づくりを目的とした活動等、生徒が楽しく体を動かす習慣の形成に向けた動機付けとなる活動を行う環境

イ 体験教室などの活動、レクリエーション的な活動、障がいの有無や年齢等に関わらず一緒に活動することができるアート活動、生涯を通じて文化芸術を愛好する環境を促進する活動を行う環境

(2) 市教育委員会は、少子化に伴い、単一の学校では特定の分野の学校部活動を設けることができない場合や、部活動指導員や外部指導者が配置できず、指導を望む教師もいない場合

には、生徒のスポーツ・文化芸術活動の機会が損なわれることがないよう、当面、複数校の生徒が拠点校の学校部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進します。

- (3) 校長は、運動、歌や楽器、絵を描くことなどが苦手な生徒や障害のある生徒が参加しやすいよう、スポーツ・文化芸術等に親しむことを重視し、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることや、過度な負担とならないよう活動時間を短くするなどの工夫や配慮をします。
- (4) 市教育委員会及び校長は、部活動は生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであることを踏まえ、生徒の意思に反して強制的に加入させることがないようにするとともに、その活動日数や活動時間を見直し、生徒が希望すれば、特定の種目・部門だけでなく、スポーツ・文化芸術や科学分野の活動や地域での活動も含めて、様々な活動を同時に経験できるよう配慮します。

5 部活動の地域連携

- (1) 市教育委員会及び校長は、生徒のスポーツ・文化芸術環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ・文化芸術団体との連携、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ども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スポーツ・文化芸術環境整備を進めます。その際、各地域において、行政、学校、スポーツ・文化芸術団体等の関係者が現状や課題を共有し、今後のスポーツ・文化芸術環境の在り方等を協議する場を設けます。
- (2) 市教育委員会及び校長は、地域の実情に応じ、学校種を越え、高等学校、大学及び特別支援学校等との合同練習を実施するなどにより連携を深め、生徒同士の切磋琢磨や多様な交流の場を設けます。
- (3) 市教育委員会は、市スポーツ協会やスポーツ少年団、総合型地域スポーツクラブ、各分野の文化芸術団体等の関係団体と連携・協働し、適切な資質能力を身につけた指導者の確保や多様な運営団体・実施主体の確保など、地域のスポーツ・文化芸術環境の充実にに向けた取組を推進します。
- (4) 市教育委員会及び校長は、地域で実施されている分野と同じ分野の学校部活動については、休日の練習を共同で実施するなど連携を深め、休日に限らず平日においても、できることから地域のスポーツ・文化芸術団体等と連携して活動する日を増やします。
- (5) 市教育委員会及び校長は、部活動だけでなく、地域で実施されているスポーツ・文化芸術活動の内容等も生徒や保護者に周知するなど、生徒が興味関心に応じて自分にふさわしい活

動を選べるようにします。

- (6) 市教育委員会は、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、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・文化芸術に親しめる場所が確保できるよう、学校施設等の開放を推進します。
- (7) 市教育委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のために教育、スポーツ・文化芸術環境の充実を支援するパートナーという考え方の下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促します。

6 スポーツ・文化芸術活動運営委員会

- (1) 市教育委員会は、設置する中学校の部活動が抱える課題や地域において実施されている社会体育活動との連携等について協議するため、スポーツ・文化芸術活動運営委員会を各中学校区に設置します。
- (2) スポーツ・文化芸術活動運営委員会は、教員、保護者のほか、スポーツ推進委員などの地域のスポーツ・文化芸術団体等の関係者、地域医療関係者、学校評議員、信州型コミュニティースクール運営委員など校外の関係者により組織します。
- (3) スポーツ・文化芸術活動運営委員会は、当該中学校の目標や方針等を踏まえた部活動の運営についての検討を行うほか、生徒の健康、顧問や部活動指導員、外部指導者の指導、地域において実施されている社会体育・文化活動との連携についても協議します。

7 部活動の地域クラブ活動への展開

- (1) 地域クラブ活動への展開の目的
 - ア 少子化が進展する中、学校部活動を従前と同様の体制で運営することが困難になってきており、学校によっては存続が厳しい状況にあります。
 - イ こうしたことから、地域において「子どもたちが生涯にわたって豊かなスポーツ・文化芸術に親しめる環境を構築すること」を目的として、部活動を地域クラブ活動に展開します。
- (2) 地域クラブ活動への展開の目途

市教育委員会及び市は、令和 8 年（2026 年）度末を目途に、部活動が地域クラブ活動へ展開することを目指し取組を進めます。

なお、展開時期は一律に適用するのではなく、運動系、文化系などの種目や地域の実情に応じて弾力的に進めることとします。

(3) 部活動の地域クラブ活動への展開に関する計画の策定

市教育委員会及び市は、部活動の地域クラブ活動への展開を推進するため、「上田市中学校部活動地域展開推進計画」を策定します。

Ⅲ 部活動の延長として行われる社会体育・文化活動について

学校週5日制が導入された際、部活動の練習時間をより長く確保することを目的に始められた「学校部活動の延長として行われている社会体育活動や社会文化活動（以下「延長部活動」という）は、

- ・ 活動の過熱化の一因ともなっており、長時間に及ぶ活動による生徒や家庭への負担、学習や家庭生活とのバランスを欠くといった問題がある。
- ・ 万が一の事故等が起こった場合は、その責任の所在が保護者や指導者にあるのか、または学校にあるのか、その判断が曖昧な状態にあることが指摘されている。
- ・ 部活動との関係性から、任意の参加であっても、参加せざるを得ない状況や雰囲気が指摘されている。

などから、延長部活動を廃止して、「学校管理下で行われる部活動」または「地域において実施されている社会体育活動や社会文化活動」への移行を進めてきました。

今後、「部活動」は前記Ⅱ7により「地域クラブ活動」へ展開が進められることから、上記「地域において実施されている社会体育活動や社会文化活動」は「地域クラブ活動」に包含することとします。

Ⅳ 取組状況の把握と方針の見直し

市教育委員会は、本指針を踏まえた各中学校における部活動や地域クラブ活動の取組状況や実態を把握するとともに、国の動向や県活動指針などを注視し、必要に応じて本指針の見直しを行います。