

部活動指導の手引き

平成31年3月

登米市立豊里小・中学校

部活動指導の手引

目次

1 指導者として	1
2 体罰等の禁止	2
3 学校組織全体での指導	2
4 活動計画の立案	3
5 活動の充実	3
6 事故防止対策等	4
7 指導者間の連携	4
8 地域（スポーツ少年団等）との連携	5

1 指導者として

部活動は活動する児童生徒だけでなく、指導者も一緒に成長できる機会です。そのような貴重な機会を大切にするため、以下のことに留意して取り組みましょう。

(1) 人間的成長と競技力向上を同時に求める

- 部活動では技能の向上や記録に挑戦すること、その中で勝利を目指すことは自然なことです。しかし、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など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という部活動の本来の趣旨を忘れず、バランスのとれた運営と指導が求められます。
- 技能や競技力の向上を図る過程において、人間的成長が伴うことを念頭に置き、「人を育てる」指導を心掛けましょう。また、それを支援するためには、指導者自身も常に人間的成長を心掛け、その上に指導力向上のための手法を積み重ねることが必要です。

(2) 指導者の資質向上

- 指導者は、部活動が総合的な人間形成の場となるよう、技術的な指導、ルール等に係る内容とともに、児童生徒の発達の段階や成長による変化、部活動のマネジメント等に関する幅広い知識や技能を継続的に習得し、多様な面での指導力を身に付けていくとともに、それらを向上させることが望まれます。
- 先見性、企画力、実践力等と、それらを支える見識と人柄を持ち合わせた指導者を目指しましょう。また、一時的な感情に左右されたりすることなく、常に態度を一定に保ち、一貫性のある指導を心掛けましょう。
- また、講習会・研修会等へ積極的に参加し、部活動においては最新の研究成果等を踏まえた科学的な指導法を積極的に取り入れるとともに、他校の顧問とも交流を図り、情報収集に努めましょう。

(3) 言葉の力

- 指導者の言葉が与える影響は極めて大きく、その一言でプラスにもマイナスにも作用することになります。
- タイミング良く適切な声掛けを行うことができるよう、指導者は児童生徒一人一人の心の状態まで配慮した対話を心掛け、信頼関係を深めるよう努めましょう。
- 試合やコンクール等の成績だけではなく、目標に向かって努力している過程を的確に見極めた上で効果的に助言を行うことで、児童生徒は自分たちで考えて、自主的・自発的に練習に取り組むようになります。
- こうした適切な声掛けは、児童生徒の活動意欲や自己有用感を高めるとともに、今後の人生における「挑戦する心」、「困難な事ほど前向きに努力する姿勢」の育成にもつながります。

2 体罰等の禁止

部活動において、未だに体罰等があることは大変残念なことです。充実した部活動を行なうためには、まず、体罰等をなくさなければなりません。

(1) 体罰根絶のために

- 体罰は学校教育法で明確に禁じられています。いかなる場合においても絶対に許されるものではありません。
- 児童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ります。

(2) 信用失墜行為の禁止

- 体罰のほか、児童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、指導を受けている児童生徒、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ということを十分に認識する必要があります。
- 管理職の許可等なく児童生徒とメール等のやり取りを行うことは、児童生徒との適切な距離感を保つ観点から禁止しています。

(3) 負荷の大きな練習をさせるときには

- 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の下で練習させたりすることも想定されます。
- 指導者は、個々の児童生徒の健康、体力等の状況を事前に把握するとともに、練習中に声を掛けて児童生徒の疲労や精神状態等を把握するなど、細心の配慮をしながら指導することが大切になります。

3 学校組織全体での指導

- 部活動は、学校教育活動の一環として学校組織全体で行われるものです。管理職は、各部活動の運営や指導を顧問に任せきりにせず、顧問間の意見交換や情報共有、指導の内容や方法の研究等が行われるよう配慮し、児童生徒たちを教職員全員で見守るという気風を醸成していきます。
- 顧問は、部活動の運営や指導が自分一人で完結するものではなく、他の教職員や地域・保護者の理解・協力の上に成り立っていることを理解し、積極的に周囲の支援・協力を得ながら指導・活動を行いましょう。

4 活動計画の立案

- 活動計画を立案する際には、児童生徒との面談やミーティング等を通して、意思を確認し、共通理解に基づいて目標を設定し、児童生徒の体力の状況や技術力の実態を見極めた上で、無理のない「計画」を立案します。
- 立案した活動計画は、校内で情報を共有できるような体制を作ります。
- また、保護者に対して、目標や活動計画等について積極的に説明し、理解を得るよう努めます。

5 活動の充実

(1) 自主的・自発的な活動

- 部活動は自主的・自発的な活動であるため、指導者の一方的な指導によって行われるものではなく、児童生徒が練習の目的、技能等の向上や児童生徒の心身の成長のために適切な練習内容であることを明確に理解させた上で取り組むことが活動の前提となります。
- また、児童生徒の自主的・主体的な行動を促すことができるよう部活動内における役割分担等にも配慮し、児童生徒一人一人が意欲的に取り組めるような運営をしましょう。

(2) 仲間づくりを重視した指導

- 共に活動した仲間は、児童生徒の生涯にわたっての財産となります。
- 部活動を通して培った「仲間を大切にできる心」は、「いじめを許さない」学校づくりにもつながります。
- 指導者は、励まし合い、お互いを支える仲間づくりを重視した指導を心掛け、児童生徒の間に、同じ目標に向かって活動する仲間であるという連帯感を育成しましょう。

(3) 運動部活動における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実施しましょう。
- 大学や研究機関等においては、トレーニング（フィジカル、メンタル）に関する多様な種類と方法が編み出され実践されています。また、各競技の特性によっても多様な練習方法が導入されています。
- 指導者は、自分自身のこれまでの実践、経験に頼るだけでなく、スポーツ医・科学の研究の成果を積極的に取り入れ、指導場面で活用することが重要です。その際は、指導する対象の児童生徒の現状を踏まえて適切に行うようにしましょう。
 - ・ トレーニングの原理（特異性・可逆性・適時性）
 - ・ トレーニングの5原則（全面性・意識性・漸進性・個別性・反復性）

6 事故防止対策等

指導者は、部活動の指導において、児童生徒の安全・安心の確保を徹底しましょう。

(1) 健康管理

- 児童生徒の健康面での安全を確保しながら活動するため、次の事項等について校内で情報を共有し、適切な指導を心掛けましょう。
 - ・ 健康観察による体調確認（顔色や表情等）
 - ・ 持病や障害等（循環器系、アレルギー、シックハウス等）
 - ・ 健康診断結果や保健室利用状況等

(2) 運動部活動中の事故防止対策

- 活動中の事故を防止するため、次の事項等に留意しましょう。
 - ・ 急激な気候変動（突風・竜巻・落雷・雹など）
 - ・ グラウンドの凹凸、体育館の床や留め具の破損など、施設面の瑕疵の有無の確認
 - ・ バレーボールのネット・バスケットボールのゴールなど器具の設置の安全確認
 - ・ グローブ、バット、ラケット等の用具の破損等の有無の確認
 - ・ 技術レベルや体格差による危険性を考慮した安全確認

7 指導者間の連携

- 学校は、地域に在住する指導者等に外部指導者及び部活動指導員として協力を得ることにより、部活動の充実が図られています。
- 外部指導者及び部活動指導員の協力を得る場合には、学校全体の教育目標や方針等について、学校、顧問と外部指導者及び部活動指導員との間で十分な調整を行うとともに、相互に情報を共有することが必要です。
- 指導者は、今後発足する公益財団法人日本スポーツ協会の「公認スポーツ指導者制度」や各加盟団体における研修会等を積極的に受講するなど、自身の研さんに努めることが大切です。

〈顧問と外部指導者及び部活動指導員が確認すべき事項〉

- ・ 活動目標、活動計画、活動内容
- ・ 顧問と外部指導者及び部活動指導員の役割分担
- ・ 緊急連絡体制、事故発生時の対応等
- ・ 体罰等の禁止
- ・ 児童生徒間トラブル等の児童生徒からの相談に関する情報共有

〈学校とのトラブルになりやすい外部指導者及び部活動指導員の行為の例〉

- ・ 独自判断による練習日・場所・時間・練習内容等の変更
- ・ 独自判断による大会・コンクールへの参加や練習試合・練習会の計画
- ・ 定められた部活動の時間以外における児童生徒への指導
- ・ その他、学校の方針に反する指導等

8 地域（スポーツ少年団等）との連携

- スポーツ少年団は、子どもたちがスポーツを通して“こころ”と“からだ”の成長を育むとともに、スポーツで人々をつなぎ、地域づくりに貢献することを目的として活動しています。
- 中学校の運動部活動と地域のスポーツ少年団が連携し、同一種目で活動している例が数多く見られます。こうした場合は、スポーツ活動全体の量や強度について考慮し、学校生活や学習とのバランスが保たれるよう十分に連絡・調整を図る必要があります。
- また、学校の部活動に所属しながら、スポーツクラブや個人レッスン等の学校外の活動を中心としている児童生徒については、その活動状況を把握するとともに、個々の状況に応じた配慮が必要です。

〈資料〉

学校体育トップページ

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/supoken/taiiku2.html>

- ・ 「子どもの心に灯をつける」運動部活動の指導 [平成 25 年 9 月]
- ・ 運動部活動指導の手引（外部指導者用） [平成 28 年 3 月]
- ・ 部活動での指導ガイドライン及び部活動指導の手引 [平成 30 年 3 月]