

令和 8 年度  
富山市立榆原中学校部活動ガイドライン

令和 8 年 4 月 1 日  
富山市立榆原中学校

## 目次

策定の趣旨	．．． 1
1 部活動の位置付け	．．． 1
2 適切な運営のための体制整備	．．． 2
(1) ガイドラインの策定等	
(2) 指導・運営に係る体制の構築	
3 適切な休養日と活動時間の設定	．．． 3
4 適切な指導の実施	．．． 5
(1) 適切な指導	
(2) 部活動における不祥事の防止	
(3) 事故防止と事故への対応	
(4) 指導現場での応急処置	
5 生徒のニーズを踏まえた環境の整備	．．． 10
(1) 生徒のニーズを踏まえた部活動の設置	
(2) 外部指導者の活用	
(3) 地域との連携等	
(4) 参加する大会等の精選	

## 策定の趣旨

○ 学校の部活動は、学校教育の一環として、スポーツや文化及び科学等に興味と関心をもつ同好の生徒の自主的、自発的な参加により、各部活動の責任者（以下「部活動顧問」という。）をはじめとした関係者の取組や指導のもとに行うものである。

部活動は、体力や技能等の向上を図る目的以外にも、同じ目的をもった仲間と学年や学級を越えて活動することで、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資したりするなど、生徒の多様な学びの場として教育的意義が大きく、教育課程での取組と相まって、学校教育が目指す生きる力の育成、豊かな学校生活を実現させる役割を果たしていると考えられる。

一方、近年、少子化による生徒数の減少やそれに伴う教員数の減少、専門性を有する部活動顧問の不足、生徒のニーズや保護者の要望への対応、長時間の練習等の課題も指摘されている。また、指導に当たる教員等は、いかなる場合であっても体罰を加えることはあってはならず、生徒の健康状態等の十分な把握や、望ましい人間関係の構築に留意するとともに、幅広い知識や技能を継続的に習得して指導力を向上させていくことが求められている。

本校では、「富山市立中学校・義務教育学校（後期課程）部活動ガイドライン（令和8年3月改訂版）」（以下「市部活動ガイドライン」という）を踏まえ、「富山市立楡原中学校部活動ガイドライン」を策定し、部活動の意義が十分発揮できるよう教育活動の一環として適切で効果的な活動が行われるとともに、生徒のバランスの取れた健全な成長と教職員のワーク・ライフ・バランスの実現がなされることを目指す。

## 1 部活動の位置付け

(1) 生徒の自主的、自発的な参加により行う学校の部活動は、スポーツや文化及び科学等に親しませ、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、教育課程と関連して行うものである。

(2) 部活動は、スポーツや文化及び科学等に興味と関心をもつ同好の生徒が、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、体力や技能等の向上を図る目的以外にも、①スポーツや文化及び科学等の楽しさや喜びを味わう、②生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続したり芸術文化等の活動に親しんだりする資質や能力を育てる、③体力の向上や健康の増進、豊かな心や創造性の涵養につながる、④教育課程の指導で身に付けたものを発展、充実、活用する機会になる、⑤部活動の成果を学校の教育活動全体

で生かす機会となる、⑥自主性、協調性、責任感、連帯感等を育成する、⑦自己の力の確認、努力による達成感、充実感をもたらす、⑧友情を深めるとともに学級内とは異なる人間関係の形成につながるなど、同じ目的をもった仲間と学年や学級を越えて活動することで、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資したりするなど、生徒の多様な学びの場として教育的意義が大きく、教育課程での取組と相まって、学校教育が目指す生きる力の育成、豊かな学校生活を実現させる役割を果たしていると考えられる。

- (3) 部活動の実施の際には、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携等の運営上の工夫を行うようにする。また、生徒が取り組みたい種目、身に付けたい技能等や記録の向上は様々であることから、学校では、生徒の多様なニーズを把握するとともに、それらに応え、部活動への参加の効果を一層高めるために、活動内容や実施形態の工夫、複数校による合同実施等、部活動の充実に向けて検討し、更に、学校と地域関係者が相互に情報提供し、理解しつつ、地域社会全体が連携、協働した取組を行う。

## **2 適切な運営のための体制整備**

### **(1) ガイドラインの策定等**

#### **① 校長**

ア 市部活動ガイドラインを踏まえ、毎年度、部活動における休養日及び活動時間等の設定を含む「富山市立榆原中学校部活動ガイドライン」を策定し、当該ガイドライン及び部活動顧問から提出された活動計画を、学校のホームページへの掲載等により公表する。

イ 毎年度、学校の部活動ガイドライン及び各部の活動計画を市教育委員会に提出する。

#### **② 部活動顧問**

部活動顧問は、次の活動計画等を作成し、校長に提出する。

ア 年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）

イ 毎月の活動計画（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）

ウ 毎月の活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）

## 2) 指導・運営に係る体制の構築

校長は、次のことに留意して、指導・運営に係る体制を構築する。

- ① 生徒や教師の数等を踏まえ、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部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置する。
- ② 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、教師の他の校務分掌等を勘案した上で行う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。
- ③ 毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツや芸術文化等の活動を行い、教師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などについて、適宜、指導・是正を行う。
- ④ 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日文科科学大臣決定)」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り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。

## 3 適切な休養日と活動時間の設定

(1) 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、原則として、次のとおりとする。

- ① 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。月曜日から金曜日までのうち1日を休養日「リフレッシュデー(ノー部活動デー)」にあて、身体を休め、読書や勉強に親しむ日とする。原則として、月曜日を「リフレッシュデー」とする。  
ただし、職員会議等があり、多くの顧問が部活動の指導に当たれない日がある場合は、その会議等のある日をあてる。  
土曜日及び日曜日(以下「週末」という。)は原則休養日とする。週末に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。

② 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。また、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、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。春、夏、冬季休業中の活動日については、休業前に生徒と話し合っ決定する。

③ 1日の活動時間（移動時間、準備及び片付け等に要する時間は除く。）は、長くとも平日では2時間程度、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。

④ 朝の活動は、実施しない。

(2) 季節によって屋外競技の活動場所が限られ、また、スキー等のシーズンスポーツでは活動期間が限られるという富山県の地域性や、目標の大会（大会、コンクール、コンテスト、発表会等をいう。以下同じ。）に向けて、活動時間を増やす時期が必要になることもある学校の実態もあることから、部活動における休養日及び活動時間については、事前に活動計画等により校長が承認をした場合は、次によることも認めるものとする。

① 休養日については、年間で104日以上設けることとし、そのうち週末は少なくとも52日以上を休養日とする。

② 大会や練習試合等により、1日の活動時間が(1)③に拠り難い場合は、その後に休養日を設けるなど、生徒の運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活に支障が生じないよう配慮する。

#### 【令和8年度以降の休日の学校部活動の方針】

- 1 令和8年度の新チーム発足（3年生引退）後は、休日の部活動は原則実施しない。ただし、大会前に1～2回程度（または月に1回程度）の練習試合等を行うことがある。
- 2 学校や保護者、地域等が連携し、休日の部活動の地域展開を可能な部活動から進めていく。

## 4 適切な指導の実施

### (1) 適切な指導

#### ① 部活動の実施に当たって

校長及び部活動指導者は、部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理（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。

また、部活動は、学年や学級を離れ、生徒と密接に交流できる重要な場であるため、部活動の意義が十分発揮できるように、学校において計画する教育活動として適切に行う。

#### ② 充実した指導のために必要な七つの事項

- ア 学校組織全体で部活動の目標、指導の在り方を考える。
- イ 適切な指導体制を整える。
- ウ 活動における指導の目標や内容を明確にした計画を策定する。
- エ 生徒の意欲や自主的、自発的な活動を促す。
- オ 厳しい指導と体罰等の許されない指導とを確実に区別する。
- カ 最新の科学的な指導内容・方法を取り入れる。
- キ 継続的に、多様な面で指導力の向上を図る。

#### ③ 指導上の留意事項

- ア 生徒の人権や人格を尊重する。
- イ 生徒の自主性を尊重し、状況によって誰でも入・退・転部できるようにする。
- ウ 生徒の発育段階や実態(活動状況、健康状態等)を考慮して指導する。
- エ 学校の教育活動全体との調和を図り、見通しをもって指導する。
- オ 生徒のバランスのとれた生活や成長を期した休養日と練習時間の設定を心がける。
- カ 生徒の志向（競技志向、大会志向、レクリエーション志向等）を踏まえ、勝利至上主義とならない。
- キ 部活動指導者間の役割分担等を十分協議し、連携した指導体制をつくる。
- ク 結果だけでなく過程を大切にし、生徒たちの努力を進んで賞賛する。
- ケ 保護者との信頼関係を築き、理解を得る。

#### ④ 部活動顧問等

- ア 部活動顧問は、生徒の生命・身体の安全を確保するために必要な指導及び監督

をする義務（注意義務）があり、「潜在的な危険を早く発見し、早く取り除く配慮」「潜在的な危険が重ならないようにする配慮」「二次的な事故にならないようにする配慮」等に努める。

イ 部活動顧問は、日々の部活動において、共通の目標に向かって生徒と一緒に活動し、話し合い、励まし合い、高め合っていく活動を通して、担任や保護者とは違う面での生徒理解を深めることができる。そのためにも、部活動顧問には、「指導理念をもつ」「常に安全に配慮し、安心して活動できる環境を整える姿勢をもつ」「生徒と共に学び、活動する姿勢をもつ」「生徒の個性と自主性を尊重し、柔軟に対応する姿勢をもつ」「生徒の心身の発達を大切にしながら、豊かな人間形成を図る姿勢をもつ」「学校生活を大切に作る姿勢をもつ」「先輩教員・同僚教員から学ぶ姿勢をもつ」といった姿で指導に当たる。

ウ 部活動指導者は、休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習はスポーツ障害・外傷のリスクや心身の負担を高めることになり、必ずしも体力・運動能力や技能の向上につながるわけではないことを正しく理解するとともに、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。その上で、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、競技種目や分野の特性等を踏まえた合理的でかつ科学的・効率的、効果的なトレーニングの積極的な導入等により、休養を適切にとりつつ、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う。

#### ⑤ 部活動を支える組織

生徒が活発に活動を展開するための部活動の内容と方法を定期的に検討する組織として顧問会議を充実させたり、生徒による自主的な運営を高めていくためのリーダーの育成の役割を担う部長会、部員同士や部員と部活動の指導者が互いの意見等を交換できる場としての部会（ミーティング）を定期的を開催したりする。

また、家庭や地域との連携も考える必要があり、保護者の理解と協力は不可欠である。このため、部活動の指導者と保護者が話し合う場を大切にし、相互の信頼関係を深めるよう努める。

## (2) 部活動における不祥事の防止

部活動を含め、学校における体罰等の不祥事を防止するためには、教職員一人一人が意識を高め、生徒の心身の健全な発達を担う部活動顧問として、自分の言動を常に振り返り、生徒との間に望ましい人間関係を形成する努力を継続することはもちろんのこと、学校として体罰等の不祥事を「しない」「させない」「許さない」という雰囲気在校内に醸成し、開かれた組織を確立する。

### ① 体罰の防止

体罰は、学校教育法第11条で禁止されている行為であり、教職員個人の問題にとどまらず、学校が生徒や保護者からの信頼を大きく失ってしまい、本来行わなければならない教育活動が効果的に行えない状況になるなど、学校教育全体において絶対にあってはならないものである。

#### ア 原因又は背景

次のことが、体罰の原因又は背景となっている場合がある。

- ・生徒と指導者との間の信頼関係が構築されていない場合。
- ・この程度なら体罰には該当しないという甘い認識や、懲戒についての理解不足により、その場の状況で感情的になり、行き過ぎた行動をとってしまう場合。
- ・部活動指導者が、「力で集団の秩序を維持することが効果的である」「部活動には厳しい指導が必要である」という考えをもっており、「体罰も時には必要である」「体罰は教育的効果がある」という誤った指導観をもっている場合。
- ・大会での成績や生徒のしつけについて、保護者が過度の期待や願いをもっている場合。
- ・保護者や地域等に対して、活動目標や指導方針について説明がなされていない場合。
- ・指導者には、生徒に「勝つ喜び」を体験させたいという強い思いがあり、指導がうまくいかないことに対する焦りがある場合。 等

#### イ 未然防止に向けて

- ・一時的な感情で行動しないための方法について研修する。
- ・人権に関する研修を計画的に実施する。
- ・体罰と懲戒の違いについて理解を深める。
- ・体罰に頼らない指導力の向上を図るための研修等を活用する。
- ・自主的に部活動に取り組む生徒を育成するための指導法について学び、長期的な視野に立って、根気強く指導する。

- ・生徒と向き合う時間を確保し、自主性や集団の中での自律性を育てる指導を心がける。
- ・部活動指導者が集まり、厳しい指導と体罰等の許されない指導の区別について、共通認識を図る機会を設ける。

## ② セクシュアル・ハラスメント（セクハラ）の防止

学校においては、部活動指導者と生徒の関係が固定されているため、生徒が拒否をしたり、逃れたりすることは難しい状況があり、セクハラを起こしやすい環境にある。

部活動においては、部活動指導者の果たす役割は重要であるが、ともすれば、生徒に対し絶対的、支配的な立場にあるとの錯覚に陥り、このことがセクハラを起こす要因になっている場合がある。

部活動指導者は、セクハラを受けた生徒が、学習や部活動への意欲を失ったり、教職員に対する不信感をもったりするばかりでなく、将来にわたって不安や人間不信を背負う場合があることを深く認識し、高い倫理観と規範意識の涵養に努めなければならない。

## ③ パワー・ハラスメント（パワハラ）の防止

パワハラは「職場の上下関係や権力を利用し、業務や指導等の適正なレベルを超えて、継続的に行われる強制や嫌がらせ」と定義されている。上司から部下に行われるものだけでなく、先輩・後輩間や同僚間、さらには部下から上司に対して様々な優位性を背景に行われるものも含まれる。

指導のつもりであったとしても、適正なレベルを超えると生徒を傷つけてしまう場合がある。その適正なレベルは生徒一人一人異なるので、生徒に見合った言動をとる必要がある。画一的な対応で生徒を育てることはできない。

また、生徒との良好な人間関係が形成されている場合の「この程度でパワハラと思われるわけがない」という過信には十分気を付けなければならない。

パワハラは、生徒が能力を発揮する機会を押しつぶし、阻害するものであり、個人の尊厳を傷つける人権侵害でもある。パワハラのない部活動づくりのためには、部活動指導者と生徒の相互が相手の人格の尊重と、相手方の立場に立った行動をとることが重要であり、部活動指導者が地位等を利用して人格的な支配を行ったり、心理的圧迫や身体的苦痛を与えたりすることは、絶対に認められるものではない。

## ④ 部費の適正な管理

部費の事務処理については、学校という公の施設において教員により会計処理が行われていること、また、資金の拠出者である保護者への説明責任等を果たす必要があることから、県費外会計ではあるが、県費会計に準じた適正な事務処理を行う。

### (3) 事故防止と事故への対応

#### ① 事故防止の基本的な考え方

活動中における事故防止を図るためには、個人や個々の部活動のみで対応するのではなく、学校が組織として安全な教育環境実現のため、取り組んでいく必要がある。

また、部活動には生徒の年齢・体格・体力・技能・体調・疾患、練習内容や方法、部活動指導者の管理・監督・指導、施設・設備、使用する用具及び自然環境等、様々な要因によって大きな事故や偶発的な事故につながる可能性を有している。

このため、本校においては、けがや事故を未然に防止し、安全な活動を実現するための万全なシステムづくりに努める。

加えて、けがや事故を未然に防ぐために、生徒一人一人に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他の安全を守れるように努める。

#### ② 部活動を安全に進める上でのポイント

ア 部活動中の事故防止において、「安全学習」と「安全指導」相互の関連を図りながら、計画的・継続的に進め、競技種目や活動分野等の特性、活動場面の違いにより、安全対策を講じる。同様に「安全教育」や「安全管理」を効果的に進めるために、学校の教職員の研修の実施等、生徒等を含めた校内の協力体制を構築し、家庭及び地域社会とも連携しながら、「組織活動」を円滑に進める。

イ 熱中症への対策については、近年、気候変動等により、暑熱環境が悪化し、学校の管理下の活動、とりわけ夏期の部活動における熱中症事故の防止等、生徒の安全確保に向けた取組を強化する。

「熱中症予防運動指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、部活動において、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得等、生徒の健康管理を徹底するとともに、気象庁の高温注意情報が発せられた場合の屋外の部活動については、原則として行わない。

#### ③ 事故防止に対する取組

##### ア 連絡体制の整備

万が一、学校の管理下において事故が発生した場合には、生徒の生命を守り、負傷の悪化を最小限に抑えるため、速やかに適切な応急手当を行う。応急手当を適切に行うためには、学校の連絡通報体制が確立されていることが必要であり、平素から全教職員に、どのような時に、どのような対応をするか周知し、共通理解を図っておく。

#### イ 事故防止のための安全点検等

学校の施設・設備・備品・用具等については、継続的・計画的に安全点検を行う。

#### ウ 指導計画の作成と見直し

部活動の指導計画においては、短期(1週間から1か月)だけでなく、中・長期(1～3年)を見通して、段階的、継続的に作成する。短期間に無理な練習を続けることは、危険が増加したり、心身に負担を与えたりするだけでなく、以後の競技生活や健全な成長に悪影響を与えかねないので、発育発達の途上にある生徒の指導では、中・長期的に計画を作成する。

また、練習計画を詳細に検討し実施したとしても、実際には、当初の計画との違いが生じてくることから、その日の天候、部員の健康状態や疲労状態等の状況を把握し、適時変更することはもちろんのこと、練習後に、その日の練習を振り返り、指導及び練習方法、活動場所の変更、練習日時の変更等を検討する。

#### ④ 事故発生時の対応

事故が発生した場合は、部活動顧問は状況を把握するとともに、近くの人に協力を求める。応急手当を行うとともに、救急車を要請し、管理職へ連絡する。

部活動顧問は、救急車に同乗して、搬送先の病院を確認し、病院において保護者に状況を説明する。

管理職は、保護者へ搬送先の病院等の連絡をするとともに、市教育委員会へ第一報を入れ、病院へ向かう。

#### (4) 指導現場での応急処置

部活動中において、けがや事故が発生したときは、①心肺蘇生法、②R I C E法(捻挫、打撲、骨折の疑いのあるとき)、③止血法、④頭部外傷への対策、⑤熱中症への対策等の応急処置を行う。

## 5 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

### (1) 生徒のニーズを踏まえた部活動の設置

- ① 運動部の設置に当たっては、校長は、生徒の1週間の総運動時間が男女ともに二極化の状況にあること、また、現在の運動部活動が、女子や障害のある生徒等も含めて生徒の潜在的なスポーツニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる運動部を設置する。

- ② 文化部の設置に当たっては、校長は、現在の文化部活動が、性別や障害の有無を問わず、生徒の多様なニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、生徒が参加しやすいような多様なレベルや内容に応じた活動を行うことができる文化部を設置する。

## (2) 外部指導者の活用

- ① 部員数が増え、活動が活発になると、部員が求める目標も多様化してくる。部活動顧問は、様々な工夫をして、全部員の目的や目標に応えられるように、研修会等に参加して自己研鑽に励むとともに、卒業生や地域の指導者等の外部指導者に協力を求める。
- ② 校長は、高度化・多様化する生徒のニーズに対応するため、専門的な実技指導力を有する指導者、トレーナーや栄養士を活用し、部活動の活性化と指導体制の充実に努める。

## (3) 地域との連携等

校長は、地域との連携について、次のことに留意する。

- ① 運動部においては、生徒のスポーツ環境を充実する観点から、富山市体育協会、市内の競技団体、総合型地域スポーツクラブ、プロスポーツ等スポーツ関係団体との連携、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や芸術文化等の活動のための環境整備を進める。

文化部においては、家庭の経済状況にかかわらず、生徒が芸術文化等の活動に親しむ機会を充実する観点から、地域の人々の協力や体育館や公民館、美術館・博物館等の社会教育施設、劇場、音楽堂等の文化施設の活用や芸術文化関係団体・社会教育関係団体等の各種団体との連携、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持続可能な芸術文化等の活動のための環境整備を進める。

- ② 学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のための教育、スポーツ環境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得るように努める。

#### (4) 参加する大会等の精選

校長は、生徒の教育上の意義や、生徒や部活動指導者の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会や地域の行事、催し等を精査する。

また、合宿や遠征等の実施についても、年間の活動計画に位置付けるとともに、保護者の出費等、負担はできるだけ少なくするよう配慮する。