浦添市立各小中学校長 殿

浦添市教育委員会
教育長 池原寛安

浦添市立小学校の文化・スポーツ活動及び中学生の部活動について（通知）
～ 望ましい活動を目指した活動方針 ～

日頃より本市小学校の文化・スポーツ活動等及び中学校における部活動の推進に対し多大なるご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、小学校における文化・スポーツ活動等においては外部指導者などの適切な指導の下に自発的、自主的な活動が適正に展開されるよう、また中学校における部活動は、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう兼ねてからお願いしているところであります。

しかし、みだしの活動については、児童生徒の心身の健全な発達と豊かな人間性の育成に大きな役割を果たしている反面、一部行き過ぎた（勝利至上主義）練習や大会への参加も見られ、児童生徒の家庭学習時間の確保、基本的な生活習慣の確立や休養の確保等への影響について懸念されているところです。

精神的にも身体的にも成長過程にある子どもたちの活動については、適正な指導・助言が重要であり、安全で効果的かつ知・徳・体のバランスを大切に活動内容・活動時間を確保する必要があります。

つきましては、各小中学校におかれましては、文化・スポーツ活動等及び部活動の現状と課題を把握し、校内研修や保護者との定期的な連絡会を通じて、適切な文化・スポーツ活動等及び部活動の在り方や練習時間、各種コンクール・大会への参加の在り方について共通理解を図り、全校体制のもと地域人材等の協力を得ながら、文化・スポーツ活動及び部活動の活性化・適正化に努めていただきますようお願い申し上げます。

記

1 各学校での取組

(1) 校内における部活動等の意義・運営上の課題等の整理と全校協力体制の確立

- 「家庭の日」取組の徹底
- 部活動等連絡会の設置及び定期的な開催
- 学校全体及び保護者との協働体制の構築
- 年間を見通した各種大会の参加の在り方の検討

(2) 部活動等の意義と運営上の課題等について保護者・地域社会への積極的な発信

- 保護者会、部活動結成会等で保護者への周知

2 添付資料

(1) 「小学校：文化・スポーツ活動等における活動方針等」

(2) 「中学校：部活動における活動方針等」

【 小学校：文化・スポーツ活動等における活動方針等 】

1 基本的な考え方

子どもを教育する環境としては学校教育・社会教育・家庭教育の三つの場があるが、スポーツ少年団や小学校における文化・スポーツ活動は社会教育の分野に入る。

社会教育の場にも様々あるが、スポーツ少年団ガイドブックによるとスポーツ少年団は、「個々の人間がもつ発育発達の可能性を実現するためには、他の多くの教育的文化の中にあつて、特にスポーツによる教育が有効である。人が集まることで、相互作用の教育が生まれる。そこにスポーツを取り入れることで、身体的効果を上げるばかりではなく、さらに人間性を磨く複雑な作用が働いて、より深い人間形成が進められる」とその教育効果を明確にしている。

一方、その場の勝利だけを求めようとして、「その勝利だけをメリット」としている一部の指導者の存在を極めて大きなデメリットとしても指摘している。特に、発育発達途上にある小学生にとって、その指導の在り方や姿勢が人間形成に大きく関わる教育活動であることの重要性を指摘している。

2 活動の展開にあたっての視点

(1) 児童の個性の尊重と柔軟な運営

小学校における文化・スポーツ活動は、児童の自発的・自主的な活動を組織し、展開することに一つの本質を有しており、指導者はできる限り、個々の児童の個性を把握し、理解し、その願いにこたえられるよう努めていくことが求められる。また、活動が特定の指導者や児童のみに占有されることなく、地域全体から認知された活動でなければならない。活動が可能な限り児童に任せていくことは、児童の「生きる力」の育成に大きく貢献できるものである。

そのためにも、育成母体である団を組織化することが重要である。子ども達を望ましい方向へ導くための良きリーダーである地域住民や指導者、保護者が団員と共に構成される事が最低条件である。

(2) 児童の生活のバランスの確保

本来、小学校等ジュニア期のスポーツは身体運動を伴った遊びであり、発育発達に応じて理想的な身体運動をすることで楽しみや新たな感動を呼び起こし、豊かな情操を養うなど、心と体の発育発達に素晴らしい効果を生み出すものである。

しかしながら、勝利至上主義的な考え方から休日もほとんどなく長時間にわたる活動等は多くのスポーツ障害が現れはじめている。このような弊害をなくすためには、児童の活動プログラムは、常に、心と体の発育発達に十分に配慮したものにする必要がある。

(3) 活動の分野

スポーツ等は幅広い分野をもっているが、特に、小学校等ジュニア期のスポーツ等は総合的な身体活動等が大切である、しかもそれが人間形成につながるものでなければ意味がない。

したがって、その活動は、しっかりとした目標をたて年間計画や月間計画に基づき、無理のない範囲で多くのスポーツ活動や野外活動、社会活動、文化活動等の体験活動に参加させる事が必要である。そのためにも、家庭や学校、地域の行事や計画と調整しながら、活動計画を組み立てる事が大切である。

3 指導者のあり方

(1) 小学校における文化・スポーツ活動のめざすところ

小学校における文化・スポーツ活動のねらいは、子どもたちの健全育成である。文化・スポーツ活動の楽しさを味わわせるなかで、健康な心と体を育てるということである。さらに、生涯にわたって文化・スポーツ活動を楽しみ、健康な心と体を保ち続けるための基盤づくりでもある。指導者は、このことをきちんとふまえて子どもたちの指導にあたらなければならない。

ところが残念なことに、健全育成よりも技術の向上や勝利のみを重視し、行き過ぎた

練習をさせる指導者もいる。技術の向上や勝つことは子どもの喜びであり意欲にもつながるので大切な課題である。しかし、もっぱら勝利だけを追求し、そのために行き過ぎた練習をさせてよいということはない。過重な練習による弊害（スポーツ障害や燃え尽き）について指導者は認識しなければならない。

よって、指導者の専門性・資質の向上は喫緊の課題である。小学校における文化・スポーツ活動を通して、文化・スポーツ活動を思う存分楽しみ、心から好きになり、自主的に活動し、仲間を大切にし、世話をしてくれる大人に感謝する、というような子どもの育成をめざして指導していきたいものである。

そのためにも、青少年指導者としての人格・見識はもとより豊富な知識・能力を備えた、いわゆる「日本スポーツ少年団指導者」の資格を有する者で指導する事が要求される。

(2) 指導者としての留意点

小学校における文化・スポーツ活動のねらいをふまえて、指導者は次のことに留意すべきである。

- ①指導にあたっては、常に教育者としての自覚を持って児童生徒の理解に努め、人格を尊重し、愛情を持った適切な指導を行うこと。
また、試合に勝つことや強くすることのみを重視した過重な練習を強いたり、体罰等を絶対に行わないこと。
- ②指導者は、浦添市教育委員会や浦添市体育協会が主催する研修会に積極的に参加し、資格取得するなど、常に指導者としての資質向上に努めること。
- ③生涯スポーツや生涯学習の基盤づくりを目指した活動であることをつねに認識すること。勝利至上主義から脱却し、一人一人の子どもにスポーツや文化活動の楽しさを十分体得させるようにしたい。
- ④子どもの発育発達段階に応じた機能的・生理的・心理的面を考慮した、活動の質・量をつねに考え、無理な活動は避けること。どんなに能力の高い子どもでも、極端に偏ることは望ましくない。適切に活動日数や活動時間数を設定する必要がある。
- ⑤指導内容に十分な工夫と豊かなアイデアを持つこと。特に小学生に対しては、遊び感覚でできるトレーニング、遊びのなかで身につく方法を実践する。また、単一のスポーツ活動のみに陥らないこと。
- ⑥いたずらに管理することだけに集中せず、子どもたちの自主的、自発的活動を支えるものであること。とはいっても、子どもの自主的活動にまかせきりにすると遊びに終始したり、ゲームだけになってしまう。指導が必要なことはもちろんである。
- ⑦指導者自身の経験と勘に頼った指導ではなく、指導者自身が研鑽を積み重ね、広い視野と科学的根拠をもった指導を心がけること。特に、スポーツ外傷・障害の予防知識について研修を受けたり、学校や指導者相互の情報交換をするなどを通し、実技指導をするようにする。
- ⑧仲間意識と思いやりを育てること。大人と子ども、子ども同士、異学年の子ども同士の豊かな人間関係を経験させるなかで、いじめ等のない仲間意識や思いやりを育てたい。
- ⑨小学校における文化・スポーツ活動では、保護者会が運営主体となる。そこで、指導者が一人ですべてを取り仕切るのではなく、父母会長、会計係等の役割分担をする。また、家庭の時間を持ったり、地域行事への参加をするために、休養日をもうけるなどの配慮が必要である。さらに、学校・保護者・地域社会などと連携を広げることが大切である。

4 具体的な取り組み

(1) 練習時間（下校時刻）及び日数

- ア) 日数は、週に平日3日程度、土日休日は1日実施が望ましい。
- イ) 練習時間については、休日は4時間を超えないことを目安とする。また、平日は2時間以内を目途とするが、子どもたちの安全面や発達段階への配慮、生活リズムの確立を尊重し下校時刻（他の施設を利用する場合は施設での解散時刻）を以下の通りとする。（その時刻までに全員が下校できるよう練習を終了する）
- 3月～9月 18時30分
10月・2月 18時15分
11月～1月 18時

(2) 練習内容

生涯を通して、スポーツや文化活動に親しみ、生活に潤いと豊かさを育み、生きがいづくりに貢献する活動を目指すためには、活動そのものを楽しむことが重要であり、活動内容は、そのことを十分に押さえたものとする。勝利至上主義で、体力・技術や精神力の追求を中心とした過度な練習内容にならないように配慮することが必要であり、児童の体力・技術等を十分に把握した練習内容を工夫すること。また、仲間同士の人間関係を重視した、コミュニケーションによる心の育成も忘れてはならない。

(3) 年間大会数

児童・指導者の精神的・身体的負担や保護者の経済的負担も考慮しながら精選・調整し参加すること。

(4) 休養日

児童が学校内外の多様な活動を行ったり、バランスのとれた生活の確保やスポーツ障害を予防する観点から体を休めることができるようにすること。そのためには、土曜日・日曜日のいずれか1日は休養日とし、平日においては、月曜日から金曜日の内、活動日は3日程度とすることが望ましい。また、土曜日・日曜日が大会等で休養できないときは、翌日の月曜日を休養日とすることが望ましい。

(5) 長期休業中の練習

長期休業中は家族とふれあう時間や各種の体験活動の時間が確保できるよう、週2日程度の休養日以外にまとまった休みを設けること。

(6) 保護者会

各団体は、保護者会を設置し、運営にあたる。

(7) 育成会

各団体は、育成会を設置し、運営にあたる。

(8) 連絡会議

地域リーダーや指導者、保護者等が常に連携をしながら学校の教育方針に沿った運営に努めるとともに、学校施設を活用する団体等は、毎月1回程度、学校全

体

(9) 地域との連携

地域の実態に応じて、地域活動と連携し、文化・スポーツ活動を、より豊かにしていくように努めること。

(10) その他

- ア) 傷害保険に加入するとともに、傷害防止の意味からも学校医や養護教諭及びスポーツドクターとの連携を深める。
- イ) 第3日曜日「家庭の日」は、家族の団らんの機会を増やす等の趣旨を踏まえ、活動は原則休止とする。

【 中学校：部活動における活動方針等 】

1 基本的な考え方

部活動は学校の教育活動の一環として行われ、中学校生活の大きな特色とも言える存在である。生徒たちは学年や学級の所属を離れ共通の目的をもって集まる。部活動は教師の指導の下、生徒個々の能力や適性を伸ばし、より高い水準の技能の習得や向上を目指すものであり、その活動の中で心身を鍛え、活動の楽しさや喜びを味わい、自主性と社会性を育て、学校生活をより充実し、豊かにする活動である。

また、特に心身の発育・発達の著しい中学生期は様々な欲求があり、多様な生徒のニーズへの対応が求められている。喜びや生きがいを感じ、生涯にわたってスポーツや芸術・文化に親しむための基礎づくりや豊かな人間の育成及び健全育成の上で、この時期の部活動の果たす役割は重要である。

2 部活動の展開にあたっての視点

(1) 生徒の個性の尊重と柔軟な視点

部活動は、生徒が自発的・自主的に活動を組織し、展開することに一つの本質を有しており、部活動の指導者はできる限り、個々の生徒の個性を把握し、理解し、その願いにこたえられるよう努めていくことが求められる。また、部の運営において指導者が、競技種目や文化的活動によっては差はあるものの、安全への配慮など適切な支援を行い、可能な限り生徒に任せていくことは、生徒の「生きる力」の育成に大きく貢献できるものである。

(2) 生徒の生活のバランスの確保

勝利至上主義的な考え方から休日もほとんどなく長時間にわたる活動を生徒たちに強要するようなあり方は改善を図っていく必要がある。しかし、個々の生徒が今以上の技能や記録に挑戦することは自然なことであり、それを学校が支援したりすることが問題とされるものではなく、問題とされるのは、大会に勝つことや良い結果のみを重視し過重な練習を強いたり、その生徒の生活や成長に支障をきたしている場合をいう。

(3) 開かれた部活動

部活動は、学校内外に自らをできるだけ開かれたものとし、すべての生徒、保護者、そして地域の人々に開く努力を払うことが望まれる。あわせて、部活動の指導に際し、地域の人々の教育力の活用を図ったり、家庭や地域社会の支援を積極的に取り入れたい。

3 具体的な取り組み

部活動において継続的にスポーツや文化活動をする上で、個々の生徒が今以上の技能を身につけ記録に挑戦することや、趣味・特技を生かして技能を習得し豊かな心を育み、友だちとの交流を深めることは自然なことであり、それを学校が支援することは、当然である。

一方、大会やコンクールで勝つことのみを重視し、過重な練習を強いたり、その生徒の生活のバランスや成長に支障をきたすことは、絶対にあってはならない。部活動において行き過ぎた練習が行われた場合、生徒の心身に疲労が蓄積され、スポーツ障害やバーンアウト（燃え尽き）を発生させる要因となることは十分予想される。

部活動においても、生徒に「ゆとり」を持たせることが求められており、活動日数や活動時間を遵守し、生徒の家庭や地域社会での活動時間に配慮することが必要である。

活動内容についても生徒の豊かな学校生活を保障し、全人格的な成長を図るという部活動の基本的意義を踏まえ、部活動の指導者は生徒の主体性を尊重した運営を次のように心がけたい。

(1) 練習（活動）は、生徒の主体的な活動を重視し、個々のよさを生かし、伸ばせる内容

を吟味することが大切である。指導者の一方的な方針に基づいて活動するのではなく、生徒の意見を反映させることが必要である。

- (2) 年間の各大会やコンクール等に合わせ、目標→計画→実践→反省の活動をサイクル化して活動計画を立てることが大切である。目標や課題に応じて基礎・基本を中心とした練習、応用練習、課題別個人練習等を組み合わせたり成果を確認するための活動（練習試合・発表会）を設定することで生徒自身が自分の伸びを知り、さらに自己を高めることが出来ると考える。
- (3) 運動部活動においては健康・交流志向や競技志向など志向の違いに配慮するとともに、レギュラー以外の生徒についても練習試合等に参加できる機会を配慮することが望ましい。
- (4) 第3日曜日「家庭の日」は、家族の団らんの機会を増やす等の趣旨を踏まえ、市内中学校の部活動は原則休止とする。

さらに平成26年度沖縄県中体連から以下のように運動系部活動に対する活動方針が出された。

- (1) 週1～2日程度の休養日を設定し、1日当たりの練習時間は平日においては2.5時間、休日では4時間を越えない時間設定が適切と考える。
- (2) 原則として、土・日曜日のいずれか1日は休養日とする。
日曜日に練習試合や大会等があれば、翌日の月曜日を休みとすることが望ましい。
原則として、毎月第3日曜日は、部活動を休みとする。
- (3) 長期休業中は家族と触れ合う時間や各種の体験的活動の時間が確保できるよう、週1～2日程度の休養日以外にまとまった休みを設けることが望ましい。
- (4) 下校時間の設定は、遅くとも日没までに帰宅できる時刻をめどに定める。
- (5) スポーツ障害・外傷を防止するために、学校医や養護教諭及びスポーツドクター等との連携を深め、科学的あるいは効果的な練習の工夫に努める。
- (6) 一部に見られる勝利至上主義的な運動部活動の在り方を見直し、生徒の主体性を尊重しながら、バランスのとれた生活を確保する活動に努める。
- (7) 大会参加については、中体連主催・共催の大会を基本とし、その他の各種大会については生徒・指導者の精神的、身体的負担や保護者の経済的負担も考慮しながら精選・調整し参加することが望ましい。
- (8) 顧問、外部指導者、保護者会等が常に連携を密にしながら学校の教育方針に沿った運営に努める。
- (9) 地域の実態に応じて、運動部活動と地域スポーツ活動が連携し、生徒のスポーツ活動を豊かにしていくように努める。
- (10) 指導にあたっては、生徒の人間性や人格の尊厳を損ねたり、否定したりするような発言や行為は行わないようにする。なお、文化系活動部においても同様に配慮することが必要である。

★なお、文化部活動においても同様に配慮することが必要である。