

黒石市立学校に係る部活動の方針

黒石市教育委員会

令和 7 年 1 0 月

目次

前文	「黒石市立学校に係る部活動の方針」策定の趣旨	P 1
1	適切な運営のための体制整備	P 2
	(1) 学校部活動に関する方針の策定等	
	(2) 指導・運営に係る体制の構築	
2	合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組	P 3
	(1) 適切な指導の実施	
	(2) 部活動用指導手引の活用	
3	適切な休養日等の設定	P 5
4	児童生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備	P 6
5	学校部活動の地域連携	P 8
6	参考資料	P 9

前文 「黒石市立学校に係る部活動の方針」策定の趣旨

- 学校部活動は、学校の教育活動の一環として、各部活動の指導者（顧問、部活動指導員や外部指導者）の指導の下、スポーツ・文化芸術に興味・関心のある同好の児童生徒が自主的・自発的に参加して行われている。体力や技能等の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、部員同士や児童生徒と教職員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^{かん}に資するなど、学校という環境における児童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た。
- また、学校部活動は、児童生徒、保護者及び地域の学校への信頼感をより高めることにつながるとともに、学校全体の一体感や愛校心の醸成にも大きく貢献してきた。
- 市教育委員会では、これまで「スポーツ活動の指針（平成 26 年 6 月）」を作成し、学校部活動の適正な実施に向けて取り組んできたところである。
- 全国的に少子化が進展する中、本市においても学校部活動に参加する児童生徒数が減少しており、従前と同様の運営体制では維持が難しく存続の危機にある。また、全国的には学校部活動における行き過ぎた指導や過熱化、指導する教職員の多忙化等の課題が指摘されている。
- これらの課題を踏まえて児童生徒の豊かなスポーツ・文化芸術活動を実現するためには、学校部活動の在り方を検討した上で、学校と地域との連携・協働の下、持続可能な活動環境等を整備する必要がある。
- 本指針は、「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（令和 4 年 12 月 スポーツ庁及び文化庁）」（以下「国のガイドライン」という。）、「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の指針（令和 6 年 3 月 青森県教育委員会）」及び本市の実情を踏まえ、児童生徒及び教職員の負担の軽減を考慮して見直す事項を盛り込んで策定する。

1 適切な運営のための体制整備

(1) 学校部活動に関する方針の策定等

ア 校長は、毎年度「学校部活動の活動方針」を策定する。部活動顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日、参加予定大会日程等）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日、大会参加日等）を作成し、校長に提出する。

イ 校長は、上記アの学校部活動の活動方針や活動計画等を学校便り等により公表する。

ウ 市教育委員会は、上記アに関し、各学校において学校部活動の活動方針・活動計画の策定等が効率的に行えるよう、簡素で活用しやすい様式の作成等を行う。

(2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 校長は、児童生徒や教職員の数、部活動指導員や外部指導者の配置状況等を踏まえ、指導内容の充実、児童生徒の安全の確保、教職員の長時間勤務の解消等の観点から円滑に学校部活動を実施できるよう、適正な数の学校部活動※を設置する。

なお、設置に当たっては、今後の児童生徒数の推移や地域の実情を踏まえ、児童生徒、保護者、地域の関係者等との合意形成を図りながら、将来を見据えた取組を推進する。

※ 適正な数の学校部活動数の目安：複数の顧問が配置できる学校部活動数

イ 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、教職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を構築する。

ウ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、学校部活動の活動内容を把握し、児童生徒が安全にスポーツ・文化芸術活動を行っているか、部活動顧問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等について、適宜、指導・是正を行う。

エ 校長は、必要に応じて学校部活動の活動方針や活動計画等について、教職員、部活動指導員、保護者、外部指導者等が共通理解を図る機会（学校部活動連絡会等）を設定する。

オ 市教育委員会及び校長は、教職員の学校部活動への関与について、法令や「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 日文部科学大臣決定）」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組の徹底について（平成 30 年 2 月 9 日付け 29 文科初等 1437 号）」に基づき、業務改善や勤務時間管理等を行う。

カ 市教育委員会は、各学校の児童生徒や教職員の数、校務分掌の実態等を踏まえ、各学校に設置される学校部活動が適正な数となるよう指導・助言を行う。また、必要に応じ部活動指導員を積極的に任用して学校に配置し、教職員ではなく部活動指導員が指導や大会等の引率を担うことができる体制を構築する。部活動指導員が十分に確保できない場合、校長は、外部指導者を配置し、必ずしも教職員が直接休日の指導や大会等の引率に従事しない体制を構築する。

キ 市教育委員会は、部活動指導員の任用・配置に当たっては、学校教育を理解し適切な指導を行うために、部活動指導員に対して、学校部活動の位置付け、教育的意義、児童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、体罰（暴力）やハラスメント（児童生徒の人格を傷付ける言動）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児童生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）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う。

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、学校部活動の実施に当たっては、児童生徒の心身の健康管理（スポーツ障がい・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）を徹底し、体罰・ハラスメントを根絶する。

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」にのっとった指導を行う。

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、スポーツ医・科学の見地から、トレーニング効果を得るために休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習がスポーツ障がい・外傷リスクを高め、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、分野の特性等を踏まえた効率的・効果的なトレーニングの積極的な導入等により、休養等を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

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、児童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ことが必要であること、また、過度の練習が児童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う。

エ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、児童生徒の運動・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、児童生徒がバーンアウト※することなく、技能の向上や大会等での好成績など、それぞれの目標を達成できるよう、児童生徒とコミュニケーションを十分に図った上で指導を行う。その際、専門的知見を有する保健体育担当の教員や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や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。

※ バーンアウトとは、心身が疲弊した状態

（２）部活動用指導手引の活用

部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、中央競技団体や学校部活動に関わる各分野の関係団体等が作成する学校部活動における合理的かつ効率的・効果的な活動のための指導手引を活用して、２（１）に基づく指導を行う。

3 適切な休養日等の設定

ア 運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある児童生徒が、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、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究を踏まえ、以下を基準とする。また、文化部活動における休養日及び活動時間についても、成長期にある児童生徒が、教育課程内の活動、学校部活動、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送ることができるよう、同様の基準とする。

小学校

- ① 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。）。
- ② 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。
- ③ 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いで行う。また、児童が十分な休養をとることができるとともに、学校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。
- ④ 1日の活動時間は、平日、週末ともに長くても2時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的かつ効率的・効果的な活動を行う。

中学校

- ① 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける（平日は少なくとも1日、週末は少なくとも1日以上を休養日とする。）。
- ② 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。
- ③ 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いで行う。また、生徒が十分な休養をとることができるとともに、学校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。
- ④ 1日の活動時間は、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。
- ⑤ 主要な大会等*の時期を「ハイシーズン」として活動できることとする。
ただし、「ハイシーズン」については、学校部活動の活動実態や生徒及び部活動顧問の意思等を踏まえ、校長が設定の可否を判断する。

「ハイシーズン」は、3週間以内の期間とし、期間中も原則週1日以上の休養日を確保し、「ハイシーズン」以外の時期に休養日を十分確保する。「ハイシーズン」を設定した場合でも、年間の休養日を104日（平均して週2日）程度とする。

「ハイシーズン」の活動については、部活動顧問が生徒一人一人の状況を把握し、年齢や発達段階等に応じて、負荷が高くなり過ぎないようにする。また、疲労の蓄積を防ぐために練習内容等を工夫するなど、生徒の健康面に配慮する。

※ 県中学校体育連盟・県中学校文化連盟が主催する大会等や東北大会・全国大会、各種コンクールなど、学校が主要と位置付けた大会等

イ 校長は、1（1）に掲げる学校部活動の活動方針の策定に当たっては、国のガイドラインにおいて設定された「運動部活動・文化部活動における休養日や活動時間」の基準を踏まえるとともに、設置者の方針にのっとり、学校部活動の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。

ウ 休養日及び活動時間の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、各部共通、学校全体、市町村共通の学校部活動の休養日を設けることや、週間、月間、年間単位での活動頻度・時間の目安を定めることも考えられる。

4 児童生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

小学校

ア 校長は、生涯にわたって文化芸術等の活動に親しむ態度を培うとともに、健全な心身を育み、よりよい人間関係を図るための学校部活動の観点に加え、地域によっては文化芸術等の活動の機会そのものが失われていく可能性を鑑み、誰でも、友達と楽しめたり、適度な頻度で行われたりする学校部活動の設置等、児童の多様なニーズに応じた活動を行うことができる環境づくりを推進する。

イ 校長は、楽器を演奏することが苦手な児童や障がいのある児童が参加しやすいよう、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

工夫や配慮をする。

ウ 市教育委員会及び校長は、学校部活動は児童の自主的・自発的な参加により行われるものであることを踏まえ、児童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、児童が希望すれば、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する。

中学校

ア 校長は、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育むことや文化芸術等の活動に親しむ基盤としての学校部活動の観点から、競技力向上・文化芸術等の能力向上以外にも運動・スポーツ・文化芸術等の活動の苦手な生徒や障がいのある生徒等でも、友達と楽しめたり、適度な頻度で行えたりする学校部活動の設置等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる学校部活動を設置する。

具体的な例としては、運動部活動では、複数のスポーツや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ものが考えられる。また、文化部活動では、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かか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等が考えられる。

イ 市教育委員会及び校長は、生徒数減少や指導者確保の困難さ等の地域の実情を踏まえ、単一の学校では特定の競技や分野の学校部活動を設けることができない場合には、生徒のスポーツ・文化芸術等の活動の機会が損なわれることがないように、複数校の生徒が拠点校の学校部活動に参加する等の合同部活動等の取組や、小・中連携の観点から学区内の小学校部活動と合同練習等の取組について方策を検討する。

ウ 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がい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する。

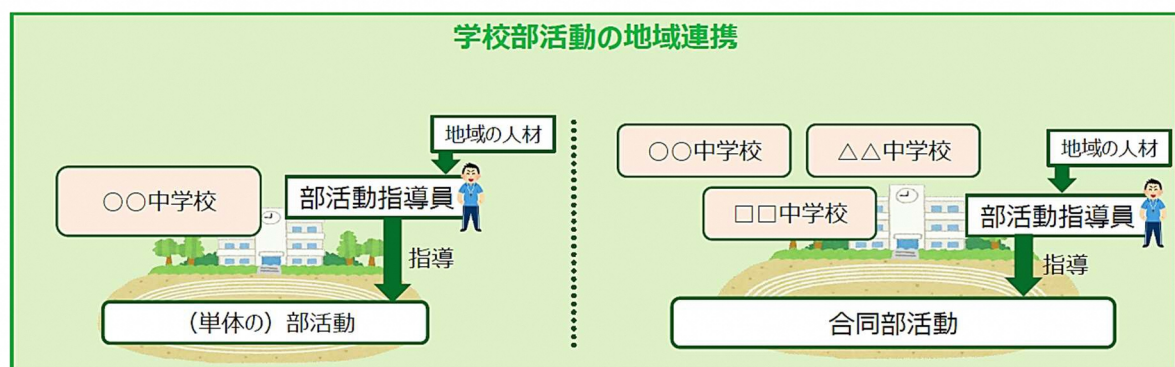
エ 市教育委員会及び校長は、学校部活動は生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであることを踏まえ、生徒の意思に反して強制的に加入させることがないようにするとともに、その活動日数や活動時間を見直し、生徒が希望すれば、特定の種目・部門だけではなく、スポーツ・文化芸術や科学分野の活動や地域での活動も含めて、様々な活動を同時に経験できるよう配慮する。

5 学校部活動の地域連携

ア 市教育委員会及び校長は、児童生徒のスポーツ・文化芸術等の活動環境の充実の観点から、学校や地域の実情に応じて、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、学校と地域が共に児童生徒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・文化芸術の環境整備を進める。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ることも考えられる。

イ 市教育委員会及び校長は、学校部活動だけではなく、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児童生徒や保護者に周知するなど、児童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する。

部活動の地域連携の例



出所) スポーツ庁・文化庁「学校部活動及び新たな地域クラブの在り方等に関する総合的なガイドライン参考資料」を一部改変

6 参考資料

○部活動指導計画様式（例）

2025 年度		年間指導計画表【例】																													
実施状況 1: 週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2: 休業日(振替休業日での休業日) 3: 平日活動日 4: 平日休業日																															
年間 週休日・祝日合計 119 日		「1」の計 52 日		「2」の計 67 日		平日の計 246 日		「3」の計 161 日		「4」の計 85 日		「2・4」の計 152 日																			
4 月		週休日・祝日合計 9 日						「1」の計 3 日		「2」の計 6 日		平日合計 21 日						「3」の計 15 日		「4」の計 6 日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	
実施状況	3	4	3	3	1	2	4	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	1	2	3	2	4	
休業		○				○	○		○				○			○			○	○			○				○		○	○	
備考							始業式												授業参観		振替休業日								昭和の日		
5 月		週休日・祝日合計 11 日						「1」の計 5 日		「2」の計 6 日		平日合計 20 日						「3」の計 15 日		「4」の計 5 日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
実施状況	3	3	2	2	2	1	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	4	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1
休業			○	○	○		○				○			○				○		○	○				○			○			
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日																運動会									
6 月		週休日・祝日合計 9 日						「1」の計 5 日		「2」の計 4 日		平日合計 21 日						「3」の計 13 日		「4」の計 8 日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
実施状況	2	3	3	4	3	3	1	1	3	4	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	4	4	4	4	3	1	2	3	
休業	○			○						○	○				○				○			○	○	○	○	○			○		
備考							壮行式	中体連①	中体連②	中体連③	振替休業日	振替休業日										テスト前部活中止	テスト前部活中止	テスト前部活中止	テスト前部活中止	テスト前部活中止	期末テスト				
7 月		週休日・祝日合計 9 日						「1」の計 4 日		「2」の計 5 日		平日合計 22 日						「3」の計 16 日		「4」の計 6 日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施状況	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	4	1	2	2	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3
休業		○				○			○				○			○		○		○	○		○				○			○	
備考																			終業式			海の日									
8 月		週休日・祝日合計 11 日						「1」の計 4 日		「2」の計 7 日		平日合計 20 日						「3」の計 12 日		「4」の計 8 日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施状況	3	1	2	3	3	4	4	3	1	2	2	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2
休業			○			○	○			○	○	○	○	○	○	○	○			○				○			○				○
備考											山の日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日											始業式					
9 月		週休日・祝日合計 10 日						「1」の計 6 日		「2」の計 4 日		平日合計 20 日						「3」の計 13 日		「4」の計 7 日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	
実施状況	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	1	1	4	4	3	3	1	2	4	2	4	4	3	1	2	3	3	
休業			○				○			○						○	○				○	○	○	○	○			○			
備考												中体連①	中体連②	中体連③	振替休業日	振替休業日					テスト前部活中止	振替休業日	秋分の日	テスト前部活中止	テスト前部活中止	中間テスト					

【例】

2025

年度

4

月

月間指導計画表

所属名		〇〇中学校			担当部活動			〇〇部	
職 名					氏 名				
日	曜	予 定			実 績			休養日	備 考
		始期	終期	時間	始期	終期	時間		
1	火	9:00	11:00	2:00	9:00	11:00	2:00		
2	水			0:00			0:00	○	
3	木	9:00	11:00	2:00	9:00	11:00	2:00		
4	金	9:00	11:00	2:00	9:00	11:00	2:00		
5	土	9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
6	日			0:00			0:00	○	
7	月			0:00			0:00	○	入学式
8	火	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
9	水			0:00			0:00	○	
10	木	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
11	金	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
12	土	9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
13	日			0:00			0:00	○	
14	月	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
15	火	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
16	水			0:00			0:00	○	
17	木	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
18	金	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
19	土			0:00			0:00	○	参観日
20	日			0:00			0:00	○	
21	月	9:00	11:00	2:00	9:00	11:00	2:00		
22	火	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
23	水			0:00			0:00	○	
24	木	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
25	金	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
26	土	9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
27	日			0:00			0:00	○	
28	月	16:30	18:30	2:00	16:30	18:30	2:00		
29	火			0:00			0:00	○	
30	水			0:00			0:00	○	
合計時間				39:00			39:00	12 日	