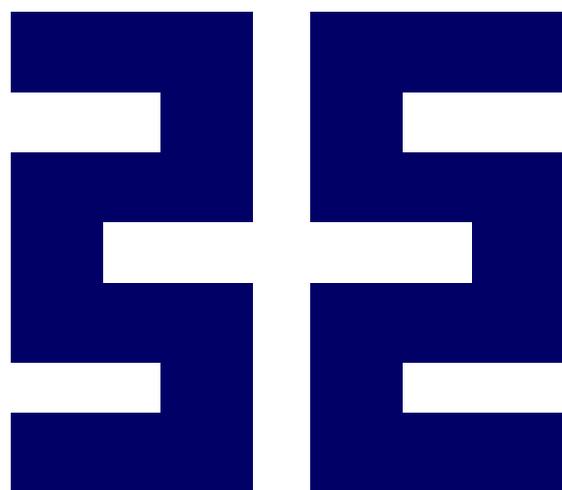


スポーツ活動の指針



平成26年6月

黒石市教育委員会

目 次

1 小学校期におけるスポーツ活動	
(1) スポーツ活動の意義	1
(2) スポーツ活動における問題点	1
(3) 指導者	1
(4) 活動計画	3
(5) 対外運動競技への参加	3
2 中学校期におけるスポーツ活動	
(1) スポーツ活動の意義	4
(2) スポーツ活動における問題点	4
(3) 指導者	4
(4) 活動計画	6
(5) 対外運動競技への参加	6
3 事故防止のための安全体制	
(1) 安全管理	7
(2) 事故発生時の対処及び事後措置	7
4 スポーツ傷害の予防と応急手当	
(1) 予防のための配慮事項	9
(2) 応急手当	9
5 その他.....	10

はじめに

スポーツは、体を動かすという人間の本源的な欲求にこたえとともに、爽快感、達成感、他者との連帯感、さらにはスポーツをする楽しさや喜びを味わうことができる精神的充足など、心身の両面にわたる健全な発達に役立つものである。

児童生徒におけるスポーツ活動は、心身の成長過程の中にあって体力を向上させ、公正さと規律を尊ぶ態度やたくましい精神を培うなど、人格の形成に大きく影響を及ぼすものであり、生涯にわたって心身ともに健康で豊かな人間性を育む活動で極めて重要なものである。

現在、本市の小学校期におけるスポーツ活動は、学校の運動部活動（教育課程外活動）及びスポーツ少年団や民間のクラブなどが大部分である。しかし、学校の部活動については、少子化傾向、指導者不足、教師の多忙化などにより運営することが困難になってきている学校もある。そこで外部指導者を導入したり、部活動からスポーツ少年団などに移行している状況にある。

中学校期におけるスポーツ活動は、全国組織である公益財団法人日本中学校体育連盟のもと、学校単位での運動部活動が行われ、生徒指導面を重視して教員が主として指導しているが、種目によっては外部から指導者を導入している。

また、これらの活動とは別に、平成14年8月に公益財団法人黒石市体育協会が中心となり、総合型地域スポーツクラブとして特定非営利活動法人「くろいしA&E」を設立し、多くの子どもたちが現在活動している。

近年、指導者や保護者等の勝利至上主義的な考えに基づく過度の練習や精神的な苦痛も含めた体罰問題など、一部の行き過ぎた指導がみられていることが問題になり、健全化が叫ばれている。

そのため、青森県教育委員会により「スポーツ活動の指針（小学校編）」が平成12年3月に策定され、翌13年3月には中学校編が策定されている。また、平成14年12月に青森県中学校長会が「部活動休止日に関する申し合わせ」を、翌15年5月には小学校長会が「小学校部活動休止日に関する申し合わせについて」を提示して、学校の部活動における休止日や活動時間について統一見解を示している。その後、平成20年3月に「青森県スポーツ活動の指針」を改訂した。

一方国においても、教育再生実行会議第一次提言を踏まえて平成25年5月に運動部活動の在り方に関する調査研究会議において「運動部活動での指導のガイドライン」が示されている。

これらの国や県の動向を受け、本市においても子どもたちの健全なスポーツ活動を推進するため「スポーツ活動の指針」を策定した。

今後、スポーツ活動を推進するうえで、学校における部活動はもとより、スポーツ少年団などの活動においても本指針を有効に活用し、子どもたちの健全育成を図るようお願いする。

なお、本指針の策定にあたっては県の「スポーツ活動の指針」を参考にした。

平成26年6月

黒石市教育委員会

1 小学校期におけるスポーツ活動

(1) スポーツ活動の意義

児童がスポーツ活動を通して健康の保持増進や体力の向上を図ることはもとより、集団の中で規律やルールを学んだり、共通の目標に向かって協力し努力する過程の中で友情を深めたり思いやりの心を身につけるなど、小学校期におけるスポーツ活動は人間形成の基礎を図る上からも極めて有意義なものである。

(2) スポーツ活動における問題点

スポーツ活動は多くの効果が期待できる反面、様々な問題点も指摘されている。児童の生活全体の調和が保たれ健全育成が図られるよう十分配慮していくことが大切である。

○ 長時間にわたる練習・多すぎる試合

学校における健全な学習活動に支障をきたしたり、健康被害をもたらしたりするような長時間の練習は控え、短時間でも効果的な練習ができるよう配慮する。また、顧問・監督・コーチ（以下「指導者」という。）は数多い大会等の中で児童の発達段階や体力面での疲労度などを考慮して、どの大会に出場するかを選択して参加させることが大切である。

○ 勝利至上主義に陥りがちな活動

目先の勝利にこだわり過ぎて、専門的で高度な技術や根性などの精神面で過度の要求をすることがないように配慮する。

○ 発達段階を考慮しない非科学的な活動

指導者は、児童の発達段階を考慮し、科学的・合理的な練習に心がけ、様々な傷害の原因や精神的な問題が生じないように配慮する必要がある。

○ 指導者や保護者の過熱と過大な関与

大人の関与が強い活動は、児童の自発性や自主性が育ちにくくなる。よって、児童が自分なりの思考や判断ができる能力や態度の育成に配慮する必要がある。

○ 特権意識を生む過度な評価・期待

大会などで優秀な成績をあげた子に対し、過度な評価や周りからの期待は、特権意識を助長させる恐れがある。学校等の日常生活において特権意識を作らないよう、教員及び指導者は配慮する必要がある。

(3) 指導者

スポーツ活動を通しての健全育成には、指導者の影響が大きい。そこで、指導者は、生涯スポーツを見据え児童にスポーツの楽しさを体験させ、スポーツ好きな児童の育成を図ることを第一に考えて指導することが大切である。学校の部活動を担当する教職員は、当該部活動が学校の教育方針にのっとり学校生活上、また教育上意義のあるものになるよう十分配慮する必要がある。

ア 指導者としての留意事項

① 見通しを持った活動

学校の教育活動との調和の中で、教育活動に支障がないよう見通しを持ち、指導者の経験や勘のみに頼ることなく科学的知識に基づいた指導法や練習法を工夫するとともに、心身の健康管理にも十分配慮し計画的に行うことが大切である。

② 児童の実態を踏まえた指導

児童は、心身ともにまだ未熟なために練習や大会などで体調に急激な変化が発生する可能性がある。健康状況、活動状況、周囲からの情報等を常に見逃さないようにすることが大切である。

③ 好ましい人間関係の育成

指導者として、また教育者として技術的に優れている児童だけを重んじることがなく、また優劣によって人間関係に支障をきたすことのないように配慮する必要がある。さらに、行き過ぎたスキンシップなどにより、児童の人権を無視したり不快感を与える行為は決してあってはいけない。

④ 活動状況の把握

練習においては、児童にスキルができていることを過信してはいけない。児童の行動は指導者の予測がつかない場合もある。児童の状況・安全管理の面からも練習の場には常にいる必要がある。指導者が練習につけない場合は、代わりの指導者に依頼するか練習を中止するなど必要な措置をとることが大切である。

⑤ 家庭との連携

保護者に対しては、保護者会などを通して活動の方針や計画などについて十分理解を図る必要がある。また、活動状況の報告など、常に連携を密にして理解や協力を得るよう努める必要がある。

⑥ 体罰の禁止

いかなる場合においても体罰や暴力を行うことは許されないことを常に意識して指導にあたる。また、部員同士の間においても同様の行為が行われないう注意を払う必要がある。

※ 体罰などの許されない指導と考えられる具体例

- ・ 殴る、蹴るなどの行為
- ・ 長時間にわたっての無意味な正座・直立など特定の姿勢の保持や反復行為
- ・ 水を飲ませないでの長時間のランニング
- ・ 防具で守られていない身体の特定位の打突などの繰り返し
- ・ 相手が受け身をできないよう投げたり、負けの意志を示しているのに攻撃を続ける行為
- ・ パワーハラスメントと判断される言葉や態度による脅し、威圧・威嚇的発言や嫌がらせなどの行為
- ・ セクシュアルハラスメントと判断される発言や行為
- ・ 身体や容姿に係ること、人格否定的な発言
- ・ 特定の児童に対して独善的に執拗かつ過度に肉体的、精神的負荷を与える行為

イ 外部指導者の導入

学校においては、指導者不足解消や円満な運営のために、地域に住む外部指導者の協力を得ることもある。その際は、保護者の理解を得るとともに、教育活動の一環としての趣旨を十分周知させ、次の事項について配慮する必要がある。

- ① 資質として専門的技術指導に優れているだけではなく、教育的な識見を有する人材を活用すること。
- ② 外部指導者に運営の全てを任せるのではなく、役割分担を明確にして活動内容を把握すること。
- ③ 教職員及び保護者の共通理解のもと、学校の責任において依頼すること。
- ④ 教育活動の趣旨を十分理解させ、問題などが発生した時は速やかに対処できるよう、常に連携を図ること。
- ⑤ 外部指導者には、学校教育に携わっている教職員の一人という意識や学校の教職員に準じているという自覚を持たせること。

(4) 活動計画

指導者は、児童の心身の発達段階を考慮し、明確な目標を定め年間を見通した活動計画を作成し、保護者の理解のもと次の事項に留意しながら児童が意欲を持って参加できるよう、配慮することが大切である。

- 活動時間や活動場所においては、他の部と調整しながら児童や指導者にとって過度の負担とならないようにする。
- 活動に係る経費などについては、年間の見通しを持ってできるだけ家庭の経済的な負担とならないようにする。
- 問題点や課題が生じた時は、解決のため計画修正も含め柔軟に対応する。
- 1日の活動時間は1～2時間程度とし、活動日数は1週間に5日以内が望ましい。
- 第1・3日曜日は活動休止日とすることが望ましい。ただし、大会などにより土・日に活動した場合は、速やかに代替日を設定することが望ましい。
- 平日の活動終了時刻は、帰宅時の安全などを考慮して18時30分までをめどにすることが望ましい。なお、冬期間については、日没時刻を十分考慮する必要がある。

(5) 対外運動競技への参加

対外運動競技への参加については、青森県教育委員会（平成13年6月27日付、青教ス第471号）により基準が示されているので、これに基づいて参加することが望ましい。

ア 基準

- ① 学校教育活動として対外運動競技の参加にあたっては、特に児童の心身の発達からみて無理のない範囲という観点から、市における開催・参加を基本としつつ、県大会については学校運営上や児童のバランスのある生活に配慮することで、年1回程度が望ましい。
- ② 学校教育活動以外の対外運動競技の参加については、競技会を精選して保護者の責任のもとに計画的に参加することが大切である。

イ 留意事項

- ① 大会の主催者・趣旨・参加対象・大会時期・期間・会場などをよく検討する。
- ② 参加申し込みについては、本人の意思、健康及び学業などへの影響などを十分配慮するとともに、保護者の承諾を得る。
- ③ 引率者は、事前指導と当日の児童の把握及び学校への連絡などを怠らない。
- ④ 競技会場などへの移動の際は、交通安全に十分留意する。

2 中学校期におけるスポーツ活動

(1) スポーツ活動の意義

中学校期は子どもから大人へと移り変わる境界線であり、身体的成熟だけでなく人間形成から見ても大切な時期である。この時期にスポーツ活動を経験することは、ライフステージにおけるスポーツ習慣の形成に大きな影響を与え、生涯にわたってスポーツに親しむ資質や能力を育て、体力の向上や健康の増進を図るとともに、自発的・自主的な活動を通して自主性・協調性・責任感・連帯感など社会性や人間性の育成に大きな役割を果たすという意義がある。

(2) スポーツ活動における問題点

運動部活動は、生徒の人間形成上大きな成果が期待できるが、反面様々な問題点も指摘されているため、次の事項に関して適切な対応を図りながら生徒の生活全体の調和が保たれるよう配慮して行うことが大切である。

○ 行き過ぎた活動

長時間、長期間にわたる行き過ぎた活動は、生徒の心身に疲労を蓄積し傷害の要因となるばかりでなく、スポーツに対する興味関心も奪い取ってしまう可能性がある。また、極端に偏ったスポーツ活動によって心身の成長バランスを崩す恐れがある。

○ 勝利至上主義に陥りがちな活動

大会に勝つことのみを重視するあまり、過度な練習を強いる、生徒の生活や成長に支障をきたすことがある。これはスポーツ嫌いの生徒を生む要因にもなり、生涯スポーツの推進の観点からも好ましくない。

○ 発育・発達の特性を考慮しない非科学的な活動

発育・発達の特性を無視した非科学的な練習などのやり過ぎは、様々なスポーツ障害の要因にもなり精神的な問題も生じてくる可能性がある。

○ 家庭や地域との連携

部活動において、保護者や地域の声を無視して展開することによって様々なトラブルが生じてくることもある。指導者は保護者などとの連携を密にして情報を提供したり、意見を真摯に聞くことが大切である。

(3) 指導者

部活動を通じた生徒の健全育成は、指導者の影響が大きく指導者の資質向上が重要になってくる。指導者は、学校における部活動の方針のもとに生徒が部活動を含めて健全な学校生活を送れるよう、次のことに留意して指導する必要がある。

ア 指導者としての留意事項

① 見通しを持った活動

学校の教育活動全体の調和を図りながら見通しを持って活動を展開する。

② 生徒の実態を踏まえた指導

生徒の心身の健康状態を把握するとともに、活動中の急激な変化を見逃さないようにする。特に第二次性徴期にみられる女子の体調の変化には十分配慮する。

③ 好ましい人間関係の育成

技術面や能力面だけを重視せず、また全体として好ましい人間関係の中で活動が展開されるようにする。

④ 活動状況の把握

指導者は、生徒の安全管理上からも練習の場にいる必要がある。都合によりつけない場合は、代わりを依頼するか練習を中止するなどの措置が必要である。

⑤ 家庭との連携

部活動の方針や計画・内容などについて保護者の理解を得られるよう配慮するとともに、活動状況を報告したり連絡を密にしながら活動を進めていく。

⑥ 体罰の禁止

いかなる場合においても体罰や暴力を行うことは許されないことを常に意識して指導にあたる。また、部員同士の間においても同様の行為が行われないよう注意を払う必要がある。

※ 体罰などの許されない指導と考えられる具体例

- ・殴る、蹴るなどの行為
- ・長時間にわたっての無意味な正座・直立など特定の姿勢の保持や反復行為
- ・水を飲ませないでの長時間のランニング
- ・防具で守られていない身体の特定位の打突などの繰り返し
- ・相手が受け身をできないよう投げたり、負けの意志を示しているのに攻撃を続ける行為
- ・パワーハラスメントと判断される言葉や態度による脅し、威圧・威嚇的^{いかくつき}発言や嫌がらせなどの行為
- ・セクシュアルハラスメントと判断される発言や行為
- ・身体や容姿に係ること、人格否定的な発言
- ・特定の児童に対して独善的に執拗^{しつとつ}かつ過度に肉体的、精神的負荷を与える行為

イ 外部指導者の導入

運動部活動を円滑に運営するために外部指導者を導入する場合は、次のことに留意することが大切である。

- ① 資質として専門的技術指導に優れているだけではなく、教育的な識見を有する人材を活用すること。
- ② 顧問は、外部指導者に運営の全てを任せるのではなく、役割分担を明確にして活動内容を把握すること。
- ③ 全教職員の共通理解のもと、学校の責任において依頼すること。
- ④ 教育活動の趣旨を十分理解させ、問題などが発生した時は速やかに対処できるよう、常に連携を図ること。
- ⑤ 外部指導者には、学校教育に携わっている教職員の一人という意識や学校の教職員に準じているという自覚を持たせること。

(4) 活動計画

指導者は、部活動の方針のもとに年間の見通しを持って、保護者の理解を得ながら生徒が自主的に意欲を持って活動に参加できるよう配慮することが大切である。

- 活動時間や場所の設定は、他の部と調整しながら指導者や生徒の過度の負担にならないようにする。
- 活動にかかる経費については、年間の見通しを持ってできるだけ家庭の経済的負担の軽減に努力する。
- 活動時間は、平日2～3時間程度とし、休日3～4時間が望ましい。
- 週あたり1～2日の休止日を設定することが望ましい。
- 第1・3日曜日は、完全休止日にすることが望ましい。ただし、大会や学校行事、地域の事情によりやむを得ず活動することにした時は代替日を設定する。
- 平日の活動終了時刻は、帰宅時の安全なども考慮し19時までをめどとすることが望ましい。ただし、冬期間については日没時刻を十分考慮する必要がある。
- 中学1年の新入部員については、1学期または前期の部活動延長時間帯の活動参加を考慮することが望ましい。

(5) 対外運動競技への参加

青森県教育委員会（平成13年6月27日付、青教ス第471号）により基準が示されているので、これに基づいて参加することが望ましい。

ア 基準

- ① 中学校は県内における開催・参加を基本としつつ、地方ブロック大会及び全国大会については、学校運営や生徒のバランスある生活に配慮する観点から、各競技につきそれぞれ年1回程度が望ましい。
- ② 学校教育活動以外の対外運動競技の参加については、競技会を精選して保護者の責任のもとに計画的に参加することが大切である。

イ 留意事項

- ① 国、地方公共団体もしくは学校体育団体の主催、またはこれらの関係競技団体との共同開催を基本とする。
- ② 大会の規模や日程などが生徒の心身の発達から見て無理がないこと。
- ③ 参加する本人の意志、健康及び学業などを十分配慮するとともに、保護者の理解も十分得るようにする。
- ④ 引率者は、事前指導と当日の生徒の把握及び学校への連絡などを怠らない。
- ⑤ 競技会場などへの移動の際は、交通安全に十分留意する。

3 事故防止のための安全体制

(1) 安全管理

指導者は、事故を未然に防ぐために児童生徒の健康状態の把握、練習計画や内容を確認するなどして、施設・設備等の安全点検などを常に実施することが大切である。ただし、事故を恐れるあまり、子どもたちの活動を制限するのではなく、積極的にスポーツ活動を推進する中で事故防止に最大限の配慮をすることが大切である。なお、事故の要因には人的要因と物的要因がある。

ア 人的要因からみた事故防止

指導者は子どもたちの事故に対する危機回避能力を育成するための安全学習や安全指導に努める必要があるので、次のことについて配慮する。

- ① 体調、天候などを考慮し、場合によっては活動内容を修正する。
- ② 安全で活動しやすい服装に配慮する。
- ③ 心身の状態の把握に細心の注意を払う。
- ④ 準備運動・整理運動を十分行わせる。
- ⑤ ルールを守らせる。
- ⑥ 活動内容が発育発達及び技能レベルに達した内容となるよう工夫する。
- ⑦ 施設・設備の正しい使い方を徹底させる。
- ⑧ 事前の点検・事後の後始末など施設設備を大切にすることを意識づけの習慣化を図る。

イ 物的要因からみた事故防止

指導者は常に施設・設備及び器具・用具に不備がないかを点検し、安全を確認しながらスポーツ活動を行う必要がある。点検は機能上・整備不良・使用年数・使用頻度・使用人数などの観点のもとに行う。

(2) 事故発生時の対処及び事後措置

万一事故が発生した場合直ちに対応できるよう、応急処置や連絡体制など役割を明確にしたり、対応マニュアルを作成したりして留意することが大切である。

ア 事故発生時の対応

- ① 負傷の状況把握・判断・処理は細心の注意を払い迅速に対応する。
- ② 可能な応急手当ををする。
- ③ 本人及び周りの子どもたちに精神的な動揺を与えないように配慮する。
- ④ 負傷の程度により、直ちに学校や家庭へ連絡する。場合によっては校医・専門医等の指導を得ながら対応する。緊急体制の連絡網はあらかじめ作成しておく。
- ⑤ 負傷の程度によっては救急車の出動を要請し、病院への搬送には必ず指導者が同乗する。

- ⑥ 事故現場を離れる際は、他の児童生徒への指示を適切に与える。
- ⑦ 病院での対応に関して、医師に事故の発生状況や応急手当の内容等詳細に説明する。
- ⑧ 負傷した子どもたちを保護者に引き渡すまでは、指導者が付き添い保護者に対し事故の説明をしっかりと行う。

イ 事後措置（学校における部活動などでの事故の場合）

- ① 事故に関する報告は、市教育委員会における「黒石市立小・中学校の管理運営に関する規則」に従って正確かつ詳細に行い、推測を交えた表現は慎む。病院での診断結果に異常などがなかったとしても救急車を依頼した時などは結果にかかわらず速やかに報告する。第一報は電話でもかまわない。
- ② 事故の状況によっては、校内に緊急の対策班を編成し、校内・外への対応が必要になる。その際、外部との対応は校長もしくは教頭が当たることが望ましい。
- ③ 事故の程度によっては、負傷者はもちろんのこと保護者に対しても誠意を持って速やかに対処する。
- ④ 事故の発生原因や発生後の処置などについて問題点を明確にし、その反省と改善について全教職員が共通理解を図り、今後同様の事故が発生しないように努める。
- ⑤ 学校の部活動以外のスポーツ少年団活動などで発生した事故に関しても、事後措置については誠意を持ってあたり、上記事項を参考にすることが望ましい。

4 スポーツ傷害の予防と応急手当

指導者は、スポーツ活動におけるけがなどの傷害の予防について、次のことに配慮することが大切である。

(1) 予防のための配慮事項

子どもたちは、体調不良や痛みがあっても無理をして参加しようとすることがあるため、日常の観察の中で状況を判断し、早期に発見し処置をする必要がある。また、体調が悪い時は進んで申し出るように日頃から指導しておくことが大切である。スポーツ外傷やスポーツ傷害の予防、悪化防止には次のようなことに配慮する。

- けが予防のための準備運動や整理運動
- 身体の特徴を把握するためのメディカルチェック
- 肩、肘、足首などの四肢の関節角度を診断するアライメントチェック
- 傷害予防と運動能力を引き出すウォーミングアップとストレッチング
- スポーツ終了時に行う運動クーリングダウン
- 傷害がある部分のみ固定・補強するテーピング

(2) 応急手当

スポーツ活動中にけがをした場合には、まず全身状態の把握をすることが大切である。意識状態、呼吸の乱れがないかどうかを素早くチェックする。全身状態に異常がない場合には、応急手当として次のようなことを実施することが必要になってくる。

- **安 静**
練習や試合などを中断させ安静にするのが第一。骨折や捻挫部分を固定することも安静に含まれる。
- **冷 却**
傷害のほとんどは内出血が生じる。それを最小限に留めるための手段が冷却である。けがの直後に冷却することで二次的な痛みも予防することができる。1回の冷却は20～30分として間隔をおいて繰り返す。
- **圧 迫**
圧迫によって腫れや内出血を少なくする。受傷直後から冷却と並行し行い、圧迫時間も20分位が適当である。
- **拳 上**
けがの部分が高く上げておけば流れ込む血液の量などが減少して、腫れを最小限にすることができる。

5 その他

- (1) 本指針については、小学校や中学校の運動部活動及びスポーツ少年団活動などに適用する。
また、文化活動（文化部）においても準用する。
- (2) 本指針と実態が合わない活動を行っている部活動及びスポーツ少年団活動などについては、子どもたちの心身への負担にならない活動となるよう、本指針を参考にして学校、保護者、指導者などの関係者と十分協議して改善を図っていくことが大切である。
- (3) 学校施設などの利用に関しては、学校の教育活動に支障がないよう、清掃など後始末を行う必要がある。また、施設・設備の破損などが生じた時は、速やかに学校に連絡し対処しなければならない。



ふるさと☆戦隊
KUROISIX ✨