
旭川市立中学校部活動ガイドライン

平成31年（2019年）2月
（令和4年（2022年）3月改定）

旭川市教育委員会

目 次

ガイドライン策定の趣旨等	1
1 適切な運営のための体制整備	2
(1) 部活動ガイドラインの策定等	
(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	4
(1) 運動部活動の適切な指導の実施	
(2) 文化部活動の適切な指導の実施	
(3) 部活動用指導手引の普及・活用	
3 適切な休養日等の設定	5
(1) 休養日及び活動時間等の基準	
4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備	6
(1) 部活動の設置，統廃合，合同チーム等の編成	
(2) 地域との連携等	
5 学校単位で参加する大会等の見直し	7
6 部活動の指導の充実に向けて	7
(1) 部活動の充実に向けた取組	
(2) 女子の指導に当たっての留意点	
(3) 部活動顧問と生徒の信頼関係づくり	
(4) 部活動内の生徒間の人間関係形成，リーダー育成等の集団づくり	
(5) 家庭や地域との連携を図る取組	
(6) 障害のある生徒の部活動の充実	
7 新型コロナウイルス感染症等の感染症対策	9
(1) 地域の感染状況等に応じた実施	
(2) 活動時における感染症対策の徹底	
8 その他の事項	9
(1) ガイドラインの見直し	
(2) 学校方針の見直し	

ガイドライン策定の趣旨等

部活動は学校教育の一環として、生徒の自主的、自発的な参加により行われ、スポーツ、文化及び科学等に親しませるだけでなく、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教員等との好ましい人間関係の構築を図るとともに、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など、生徒の多様な学びの場として、大きな教育的意義をもっています。

部活動を実施する上では、生徒の学校生活等への影響を考慮した休養日や練習時間を設定し、けがの防止や心身のリフレッシュを図るほか、部活動だけではなく多様な人々と触れ合い、様々な体験を充実させるなど、生徒のバランスのとれた生活や心身の成長に配慮することが重要です。

また、国や道の学校における働き方改革に係る通知やプラン等を踏まえるとともに、本市で策定した「旭川市立小中学校働き方改革推進プラン」に基づき、教員が部活動指導に過度の負担を感じることなく、健康で生き生きとやりがいをもって部活動を合理的でかつ効率的・効果的に行うことが大切です。

旭川市教育委員会（以下「市教委」という。）では、国のガイドラインにのっとり、道の方針を参考に、本市の部活動の実施状況等も踏まえ、運動部活動と文化部活動を区別することなく、一体的に「旭川市立中学校部活動ガイドライン」（以下「本ガイドライン」という。）を策定しました。本ガイドラインにより、本市の中学校における部活動の充実を図り、生徒の健全な育成に努めます。

1 適切な運営のための体制整備

(1) 部活動ガイドラインの策定等

ア 市教委は、国のガイドラインにのっとり、道の方針を参考として、本ガイドラインを策定します。

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から、部活動への参加を義務付けたり、活動を強制したりすることがないように留意します。また、学校において部活動ではなく同好会等として、学校の管理下で教員の指導の下、部活動と同程度に継続的に行われており、生徒、保護者、地域住民等からも部活動と同様な活動として受け止められている状況がある場合は、それらの活動についても本ガイドラインの適用の対象とします。

イ 学校は、学校の教育目標等を踏まえ、本ガイドラインにのっとり、毎年度、「学校の部活動に係る方針」（以下「学校方針」という。）を策定するとともに、校内に部活動に係る相談・要望の窓口を設置します。

ウ 学校は、上記イの学校方針及び相談・要望の窓口の担当、連絡先等を学校のホームページへの掲載等により公表します。

エ 校長は、部活動顧問に対し、年間の活動計画（活動日、休養日及び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、休養日及び大会参加日等）の作成・提出を求めます。

また、校長は、部活動顧問に対し、毎月の活動計画にある活動の開始及び終了時間を遵守するよう指導するとともに、計画を変更する場合は、あらかじめ校長の承認を得るよう指導します。

オ 校長は、上記エの各部活動の年間の活動計画、毎月の活動計画及び活動実績等を基に、生徒や教員の負担が過度とならないよう、必要に応じて指導・是正を行います。

カ 校長は、部活動顧問に対し、当該顧問が年間及び毎月の活動計画、活動全般及び大会出場等に要する経費等に係る資料（部活動通信等）を配布するなどして、学校方針とあわせて、保護者・生徒の理解を得るよう指導するとともに、生徒・保護者や部活動顧問の負担が過度とならないよう指導します。

キ 市教委は、上記エに関し、各学校において部活動の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います。

(2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 学校は、生徒や教員の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実（部活動顧問の専門性等）、生徒の安全の確保、教員の長時間勤務の解消等の観点から円滑に持続可能な部活動を実施できるよう、適正な数の部を設置します。

イ 校長は、部活動顧問の決定に当たっては、校務全体が効率的・効果的に実施される必要があることに鑑み、可能な限り、部活動ごとに複数の顧問を配置するなど、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制が構築されるよう十分に考慮します。

ウ 学校は、生徒指導の視点に立った部活動運営に努めるとともに、部活動を顧問任せにせず、学校全体に開かれたものとするよう、部活動の活動状況や生徒の状況等を交流する場（部活動顧問会議等）を定期的に設けます。

エ 市教委は、部活動の実施状況や部活動指導員の配置希望、市の予算の状況等を踏まえ、部活動指導員を任用・配置します。

部活動指導員には、教育的な判断に基づく適切な指導が求められることから、市教委の定める要綱に基づき、学校教育に対して十分な理解があり、校長が適任と認める者を部活動指導員として任用・配置します。

オ 市教委は、部活動指導員に対し、その職責の重大性に鑑み、北海道教育委員会や関係団体等と連携して、次の内容等に関する研修を行います。

(ア) 部活動の位置付け、教育的意義、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。

(イ) 生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないこと。

(ウ) 服務（校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）を遵守すること。

カ 市教委は、部活動顧問を対象とする指導等に係る知識及び実技の質の向上並びに生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないことの徹底、また、学校の管理職に対し、部活動の適切な運営について、適宜、支援及び指導・是正を行います。

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

(1) 運動部活動の適切な指導の実施

ア 運動部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化や気象条件などの環境変化に十分注意するとともに、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」にのっとり、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害・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します。また、これらの取組に当たっては、学校保健安全法（昭和33年法律第56号）等も踏まえるよう留意します。

イ 校長は、運動部顧問に対し、次のことを指導・徹底します。

- (ア) スポーツ医・科学の見地からは、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。
- (イ) 過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、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すること。
- (ウ) 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こと。
- (エ) 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、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行うこと。
- (オ) 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こと。

(2) 文化部活動の適切な指導の実施

ア 文化部活動の実施に当たっては、生徒の体調変化や気象条件などの環境変化に十分注意するとともに、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します。また、これらの取組に当たっては、学校保健安全法等も踏まえるよう留意します。

イ 校長は、文化部顧問に対し、次のことを指導・徹底します。

- (ア) 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を適切に取ることが必要であること。
- (イ) 過度の練習が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すること。
- (ウ) 生徒の芸術文化等の能力向上や、生涯を通じて芸術文化等の活動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こと。
- (エ) 生徒がバーンアウトすることなく、技能等の向上や大会、コンクール、コンテ

スト、発表会等でのそれぞれの目標を達成できるよう、分野の特性等を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングや活動の積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行うこと。

- (ホ) 専門的知見を有する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こと。

(3) 部活動用指導手引の普及・活用

学校は、関係団体等が作成した指導手引を活用して、合理的でかつ効率的・効果的な指導を行うよう努めます。

3 適切な休養日等の設定

(1) 休養日及び活動時間等の基準

ア 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、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等のバランスのとれた生活を送ることができるよう、以下を基準とします。

- (ア) 学期中は、週当たり2日以上以上の休養日を設けること（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日以上を休養日とし、1年を52週と考え、年間の累計で104日以上とする。週末又は祝日に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の週末又は祝日に振り替える。）。また、学校閉庁日は、その期間を休養日とすること。

休養日には学校で行う朝練習や自主練習は行わないこと。

大会、試合、コンクール、コンテスト、発表会等（以下「大会等」という。）の前で、やむを得ず活動を行う場合（中体連、中文連等が主催する大会等の前日から起算して1か月以内の期間の場合）は、代替の休養日を実施すること。

- (イ) 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こと。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）を設けること。
- (ウ) 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こと。

なお、気象庁の高温注意情報が発せられた時間帯は、原則として活動を行わないこと。

イ 市教委は、旭川市立中学校に対して、下記ウに関し、適宜、支援及び指導・是正を行います。

ウ 学校は、1(1)イに掲げる学校方針の策定に当たっては、国のガイドラインの基準を踏まえるとともに、本ガイドラインにのっとり、各部活動の休養日及び活動

時間等を設定し、公表します。また、校長は、各部活動の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底します。

エ 休養日及び活動時間等の設定については、学校の実態を踏まえた工夫として、次のような実施の仕方も考えられます。

(ア) 定期試験前後の一定期間等、部活動共通、学校全体の部活動休養日を設けること。

(イ) 週間、月間単位での活動頻度・時間の目安を定めること。

4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備

(1) 部活動の設置、統廃合、合同チーム等の編成

ア 学校は、生徒と部活動顧問の負担が過度にならないよう適正な数の部活動数を考慮した上で、既存の部活動の統廃合などと合わせて、競技力や技能の向上や大会等での成績以外にも、適度な頻度で行ったり、スポーツ・芸術文化等に興味と関心をもつ同好の生徒が、学級内とは異なる人間関係を形成したりする等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる部活動の設置について検討します。

部活動においては、生徒の安全に配慮しかつ活動の質を高めることが大切であり、そのためには、各部活動における適切な所属生徒数と複数の部活動顧問の配置が必要です。

部活動の設置、統廃合、合同チーム等の編成に当たっては、生徒と部活動顧問の負担が過度とならないよう、各学校における適正な部活動数を適宜検討し、当該部活動に所属する生徒及びその保護者の理解を得ながら計画的に部活動数の適正化に努めます。

イ 学校は、関係する学校と協議の上、教育課程との関連を勘案して、例えば、平日は自校での練習を中心としながら、週末や大会等の直前のみ合同練習を行うなど、双方の移動に係る時間を含め、合同チームや合同練習による活動を行うことにより、生徒と部活動顧問の負担が過度とならないこと等を考慮した上で、実施の可否を判断します。

なお、合同練習などを行う際の移動時間については、生徒の活動時間には含まないこととするが、長時間の移動を伴う合同練習等の実施に当たっては、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等のバランスのとれた生活を送ることができるよう配慮した実施回数とします。

(2) 地域との連携等

ア 市教委及び学校は、生徒のスポーツ環境の充実や芸術文化等の活動に親しむ機会の充実及び家庭の経済状況を問わずスポーツ・芸術文化等の活動に親しむことができるようにする観点から、学校や地域の実態に応じて、地域の人々の協力、社会教育施設や文化施設の活用、地域の関係団体との連携、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・芸術文化等の活動の環境整備を進めます。

イ 旭川市及び学校は、学校管理下ではない社会教育に位置付けられる活動については、各種保険への加入や、学校の負担が増加しないこと等に留意しつつ、生徒がスポーツ・芸術文化等の活動に親しめる場所が確保できるよう、学校運営に支障のない範囲で、関係規程にのっとり学校施設開放事業を行います。

ウ 市教委及び学校は、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・芸術文化等の活動の環境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促します。

5 学校単位で参加する大会等の見直し

市教委及び校長は、学校の部活動が週末等に開催される様々な大会等に参加することにより、生徒や部活動顧問の過度な負担とならないよう、大会等（地域からの要請により参加する地域の行事・催し等を含む。以下、同じ。）の統廃合等を主催者や競技団体等に要請します。

6 部活動の指導の充実に向けて

(1) 部活動の充実に向けた取組

市教委及び校長は、部活動の教育的意義を踏まえ、効果的に部活動指導を行い、成果を上げている事例を把握し、部活動の適切な実施及び充実に資するよう市内及び校内での周知・普及に努めます。

(2) 女子の指導に当たっての留意点

女子の指導に当たっては、女性特有の健康問題（女性アスリートの三主徴〔利用可能エネルギー不足（注）、無月経及び骨粗しょう症〕、貧血等）の予防対策に関する正しい知識を得た上で行います。

（注）「利用可能エネルギー」とは、食事からとる摂取エネルギーから運動により消費されるエネルギーを引いた残りのエネルギー量を指します。これは基礎代謝や日常活動に使用可能なエネルギー量です。つまり、「利用可能エネルギー不足」とは、運動によるエネルギー消費量に対して、食事などによるエネルギー摂取量が不足した状態を指し、この状態が続くと、身体の諸機能に影響を及ぼすと考えられます。

(3) 部活動顧問と生徒の信頼関係づくり

部活動は、生徒の自主的、自発的な参加により行われる活動であることを踏まえ、校長は、部活動顧問に対して、次のことを指導・徹底します。

(ア) 指導の目的、技能等の向上や生徒の心身の成長のために適切な指導の内容や方法であること等を、生徒に明確に伝え、理解させた上で取り組ませるなど、部活動顧問と生徒の両者の信頼関係づくりが活動の前提となること。

(イ) 部活動顧問と生徒の間に信頼関係があれば、指導に当たって体罰等を行っても許されるはずとの認識は誤りであり、指導に当たっては、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許されないこと。

また、校内に設置する相談窓口には生徒がいつでも安心して相談できる体制づくりに努めること。

(4) 部活動内の生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり

校長は、部活動においては、複数の学年の生徒が参加すること、同一学年でも異なる学級の生徒が参加すること、生徒の参加する目的や技能等が様々であること等の特色をもち、学級担任としての学級経営とは異なる指導が求められることを踏まえ、部活動顧問に対して、次のことを指導・徹底します。

(ア) 部活動顧問が、生徒のリーダー的な資質・能力の育成とともに、協調性、責任感の涵養等の望ましい人間関係や人権感覚の育成、生徒への目配り等により、部活動内における暴力行為やいじめ等の発生の防止を含めた適切な集団づくりに留意すること。

(5) 家庭や地域との連携を図る取組

学校は、部活動参観として保護者に部活動を公開する場を設けるなどして、保護者の部活動への理解を深め、学校と家庭が連携しながら部活動指導に取り組めるよう環境づくりに努めます。

また、参加する大会等の見直しに当たっては、部活動が、地域の人々の協力や地域の関係団体との連携、民間事業者の活用等により、学校と地域が共に子どもを育てるという視点が重要であることに十分に配慮します。

(6) 障害のある生徒の部活動の充実

学校は、障害のある生徒の部活動への参加において、一人一人の発達の状況等に応じた配慮を行うとともに、生徒同士の交流の場を工夫するなど、部活動等を通じて、障害のある生徒の自己有用感や自己肯定感を高める指導に努めます。

7 新型コロナウイルス感染症等の感染症対策

(1) 地域の感染状況等に応じた実施

地域の感染状況等に応じて、可能な限り感染及びその拡大のリスクを低減させるよう感染症対策を徹底した上で活動に取り組みます。また、実施に当たっては、関係法令や衛生管理マニュアル等も踏まえるよう留意します。

(2) 活動時における感染症対策

ア 学校は、部活動に参加する生徒の健康状態の確認をしっかりと行うとともに、生徒に対し、体調のすぐれない場合は部活動への参加を見合わせ、自宅で休養するよう指導します。

イ 学校は、部活動に参加する生徒に対し、こまめな手洗いの励行や、近距離での大声を徹底的に避ける等の飛沫感染への留意、活動や競技の場面以外におけるマスクの着用及びソーシャルディスタンスの徹底など、感染症対策を指導します。

ウ 学校は、練習場所や更衣室等、また食事や集団での移動の際の「3つの密（密閉、密集、密接）」の回避など、感染症対策を徹底します。

エ 学校は、大会やコンクール等への参加に当たっては、主催者の感染症対策を必ず確認し、参加する生徒への指導を行います。

オ 校長は、対外試合や校外での合宿等について、地域の感染状況等を踏まえ、実施の可否を判断するとともに、実施する場合は、部活動顧問に対し、大会参加と同様に感染症対策を講じ、徹底するよう指導します。

8 その他の事項

(1) ガイドラインの見直し

市教委は、学校の取組状況などを踏まえるとともに、国や道の動向等も注視しながら、必要に応じて、本ガイドラインの内容の見直しを行います。

(2) 学校方針の見直し

学校は、本ガイドラインが見直された際、速やかに学校方針の内容について、必要な見直しを行います。

「旭川市立中学校部活動ガイドライン」 平成31年（2019年）2月 策定
令和3年（2021年）4月 一部改定
令和4年（2022年）3月 一部改定
