

中学校・高等学校における効果的な運動部活動の在り方に向けて



岡山県運動部活動の在り方に関する方針の策定

運動部活動の教育的意義

- ・体力や技能の向上
- ・生徒同士や教員等との好ましい人間関係の構築
- ・学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養等

課題

- ・過度の練習による生徒のスポーツ障害や外傷、バーンアウト(燃え尽き症候群)
- ・学習時間や家族での団らんのための時間の不足等

将来において、部活動が持続可能なものになるよう、そして生徒が生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質と能力を身に付けることができるよう、運動部活動の抜本的な改革に取り組む必要があることから、県教育委員会では、平成30年9月に「岡山県運動部活動の在り方に関する方針」を策定しました。また各学校においても活動方針を定め、HP等で公表しています。

岡山県運動部活動の在り方に関する方針(一部抜粋)

【適切な休養日等の設定】

ア 中学校・中等教育学校前期課程

- ＜休養日＞ 週当たり2日以上(平日1日、週末1日)。
- ＜活動時間＞ 長くとも平日2時間程度、休業日3時間程度。

イ 高等学校・中等教育学校後期課程

- ＜休養日＞ 原則、週当たり2日以上(平日1日、週末1日)。
ただし、設定が困難な場合は1日以上。
※週末のいずれかは原則として休養日にあてる
- ＜活動時間＞ 原則、長くとも平日2時間程度、休業日3時間程度。
ただし、原則を超える場合は、平日3時間程度、休業日4時間程度を上限。週当たりの上限は16時間程度。
- ＜オフシーズン＞ 長期休業中は、ある程度長期の休養期間を設ける。

県教育委員会の取組

今年度、県教育委員会では、生徒にとって望ましいスポーツ環境の構築を目指し、様々な取組を展開しています。その一部をご紹介します。

方針を実践するためのプログラム(抜粋)

方針実践モデル校事業

科学的根拠に基づいた練習方法等による活動、地域スポーツクラブ等との連携、複数校合同での部活動等を実践するモデル校を指定して研究を行っており、その普及と拡大を図っています。(令和元年度指定校数：中学校3校、高等学校3校)



科学的トレーニングの積極的な導入による、合理的でかつ効率的・効果的な部活動の研究
(県立玉野光南高等学校)

合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進

適切な休養日・活動時間の設定

生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備



総合型地域スポーツクラブと連携し、学校と地域が協働・融合した部活動の研究
(県立備前緑陽高等学校)

部活動指導員配置事業

教員の勤務負担軽減と部活動の活性化を図るため、地域人材等を部活動指導員として配置し、学校現場の教育体制の充実を図っています。

(令和元年度配置予定人数：市町村立学校127人、県立学校10人)



～指導員から～

単独での指導や大会引率をするため責任がありますが、その分、大きなやりがいも感じています。

～教員から～

放課後に、授業の準備や生徒面談などに使える時間が増えました。

～生徒から～

顧問の先生とは異なった視点から指導していただき、技術が向上しました。

指導者研修会

科学的なトレーニングの導入や生徒の主体的な取組を促す指導法について研修を行っています。

～保護者・地域のみなさまへのお願い～

学校と保護者・地域は、子どもたちの教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーです。今後とも、子どもの健全な成長のため、ご協力をお願いいたします。また、部活動が休養となる日の計画的かつ効果的な使い方(家庭学習や読書、趣味や手伝い等)を子ども自身に考えさせ、自主性を育てましょう。