

# 国立市立学校に係る部活動の方針（令和8年4月改定）

令和8年4月 国立市教育委員会

## 1 適切な運営のための体制整備

### （1）部活動の方針の策定等

ア 国立市教育委員会は、スポーツ庁・文化庁のガイドラインに則り、東京都教育委員会の「部活動改革及び地域クラブ活動の推進等に関する総合的なガイドライン（令和8年3月）」を参考に、部活動の活動時間及び休養日の設定、その他適切な部活動の取組に関する「国立市立学校に係る部活動の方針」を策定する。

イ 校長は、国立市教育委員会の「国立市立学校に係る部活動の方針」に則り、毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を作成し、学校のホームページへの掲載等により公表する。その際、生徒の主体的・対話的で深い学びを実現するための工夫や、競技を「すること」以外の関わり方（みる・支える・知る）についても盛り込むよう努める。

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、生徒が安全にスポーツ・文化芸術活動を行い、教員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・指示を行う。

### （2）指導・運営に係る体制の構築

ア 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員及び外部指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に部活動を実施できるよう、適正な数の部活を設置する。そして、東京都のガイドラインに基づき、学校における部活動の位置付けを明確にするため、校長は、所属職員に部活動の指導業務を校務として分掌させることができる。なお、生徒の全員加入制はとらないことを改めて徹底する。

イ 国立市教育委員会は、部活動指導員を任用し、学校に配置する。

なお、部活動指導員の任用・配置に当たっては、学校教育について理解し、適切な指導を行うために、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指導、安全の確保や事故発生後の対応を適切に行うこと、生徒の人格を傷つける言動や、学校教育法第11条において禁止されている体罰は、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）を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修を行う。

ウ 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、教師の他の校務分掌を勘案した上で行う。その際、本人の意向を尊重するとともに、特定の教員に負担が偏らないよう配慮し、学校全体としての指導・運営及び管理に係る体制の構築を図る。

エ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各部活動の活動内容を把握し、生徒が安全に活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、また、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。

オ 国立市教育委員会は、部活動の指導者を対象とする研修等の取組を行う。これには、都が実施する「認定地域クラブ活動指導者登録制度」の知見を活用した、資質向上研修を含むものとする。

カ 国立市教育委員会及び校長は、教師の部活動への関与について、国の緊急対策や「国立市立学校における働き方改革推進実施計画」に基づき業務改善及び勤務時間管理等を行う。また、希望する教員が休日に地域クラブ活動等の指導に従事できるよう、兼業・兼職に関する制度の適切な運用について周知・検討を行う。

## 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) 適切な指導の実施と重大事故の防止

ア 校長及び部活動の指導者は、部活動の実施に当たっては、生徒の心身の健康管理、事故防止及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。特に、頭部外傷（脳振盪等）の理解と予防、熱中症対策、スポーツ障害の防止といった重大事故防止に向けた具体的な安全対策を講じる。国立市教育委員会は、これらの取組が徹底されるよう、適宜、支援及び指導・是正を行う。

イ 運動部顧問は、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、また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とともに、生徒の体力の向上や生涯にわたった運動習慣の形成に向けて、生徒とコミュニケーションを十分に図り、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。

文化部活動の指導者は、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、また、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とともに、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り、生徒がバーンアウトすることなく、技能等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、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。

また、専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や女子の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。

また、体罰や暴言に加え、児童・生徒性暴力等の不適切な行為の防止に向けたコンプライアンスを徹底し、生徒が安心して活動できる環境を確保する。

## (2) 指導手引きの活用

運動部においては、運動部顧問は、中央競技団体が作成する運動部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のための指導手引（競技レベルに応じた1日2時間程度の練習メニュー例と週間、月間、年間での活動スケジュールや、効果的な練習方法、指導上の留意点、安全面の注意事項等から構成）を活用して、2（1）に基づく指導を行う。

文化部においては、文化部活動の指導者は、文化部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のための指導手引（習熟レベルに応じた1日2時間程度の練習メニュー例と週間、月間、年間での活動スケジュールや、効果的な練習方法、指導上の留意点、安全面の注意事項等から構成）を活用して、2（1）に基づく合理的でかつ効率的・効果的な指導を行う。

## 3 適切な休養日等の設定

ア 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、以下を基準とする。

- 学期中は、週当たり2日以上 of 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。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。）
- 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。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。
- 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。

イ 校長は、1（1）に掲げる「学校の部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、上記の基準を踏まえて各部活の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各部活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。

また校長は、各部活の活動内容を把握し、**活動実績が基準を超過している場合は速やかに是正を行うなど、運用の徹底を図る。**

ウ なお、休養日及び活動時間等の設定については、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、部共通、学校全体の部活動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できる。

#### 4 生徒のニーズを踏まえた環境の整備（地域クラブ活動との連携）

##### （1）生徒のニーズを踏まえた部の設置と地域移行

ア 運動部においては、校長は、女子やしょうがいがある生徒等も含めて生徒の潜在的なスポーツニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる運動部を設置する。

文化部においては、校長は、部活動が生徒の自主的、自発的な参加に基づくものであり、現在の文化部活動が、性別やしょうがいの有無を問わず、生徒の多様な潜在的なニーズに必ずしも応えられていないことを踏まえ、技能等の向上や大会等での好成績以外にも、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等、生徒が参加しやすいような多様なレベルや生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる文化部を設置する。

イ 運動部においては、国立市教育委員会は、少子化に伴い、単一の学校では特定の競技等の運動部を設けることができない場合には、生徒のスポーツ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運動部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。

文化部においては、国立市教育委員会は、少子化に伴い、単一の学校では特定の分野の文化部活動を設けることができない場合には、生徒の部活動参加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部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進する。また、持続可能な活動を確保するため、長期的には従来の学校単位での活動から一定規模の地域単位での活動も視野に入れた体制の構築が求められる。このため、国立市教育委員会は、文化庁のガイドラインを踏まえた文化部活動改革の取組を進めるとともに、地域の実情に応じて、長期的に、地域全体で、これまでの学校単位の文化部活動に代わりうる生徒の芸術文化等の活動の機会の確保・充実方策を検討する。

ウ 国立市教育委員会は、学校部活動の地域連携・地域移行を推進するため、活動内容や安全管理等の一定の基準を満たす団体を「認定地域クラブ活動」として認定し、生徒が地域で多様な活動を選択できる環境を整備する。

##### （2）地域との連携等

ア 運動部・文化部において、国立市教育委員会及び校長は、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ・文化団体との連携を進める。特に、認定地域クラブ活動との円滑な接続を図り、学校と地域が協働・融合した形での環境整備を加速させる。

イ 文化部においては、国立市教育委員会は、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、学校施設の開放を

推進する。

ウ 国立市教育委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に子供を育てるパートナーであるという考え方の下で、**地域クラブ活動への移行を含む改革の趣旨**について、保護者の理解と協力を促す。

## 5 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 国立市教育委員会は、大会・試合等に参加することが、生徒や顧問の過度な負担とならないよう、主催者に改善を要請する。また、**認定地域クラブ活動に所属する生徒が、中体連等の大会やコンクールに参加できるように、関係団体と連携して資格要件や引率体制の整備を進める。**

イ 校長は、参加する大会等を精査する。その際、**部活動指導員や認定地域クラブの指導者等、教員以外の指導者による大会引率を可能とする体制を構築し、教員の休日出勤の抑制と負担軽減を図る。**