

長野県中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針



令和6年3月 策定
長野県教育委員会

目 次

I	指針の趣旨	
1	策定の背景及び趣旨	2
2	本指針の適用	3
II	学校部活動について	
1	適切な運営のための体制整備	4
(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	合理的かつ効率的・効果的な活動の推進のための取組	6
(1)	適切な指導の実施	
(2)	適切な指導の在り方	
(3)	部活動の充実に向けた地域との連携	
3	適切な休養日と活動時間等	7
4	生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備	9
5	学校部活動の地域との連携	10
6	スポーツ・文化芸術活動運営委員会	11
7	大会の在り方の見直し	11
(1)	学校単位で参加する大会等の見直し	
(2)	大会等への参加の引率や運営に係る体制の整備	
(3)	生徒の安全確保	
(4)	大会等の在り方	
8	学校部活動の新たな地域クラブ活動への移行	14
(1)	新たな地域クラブ活動への移行の目的	
(2)	新たな地域クラブ活動への移行の目途	
III	学校部活動の延長として行われている社会体育・社会文化活動について	15
IV	新たな地域クラブ活動について	
1	新たな地域クラブ活動の在り方	16
2	適切な運営や効率的・効果的な活動の推進	17
(1)	参加者	
(2)	運営団体・実施主体	
(3)	指導者	
(4)	活動内容	
(5)	適切な休養日等の設定	
(6)	活動場所	
(7)	会費の適切な設定と保護者等の負担軽減	
(8)	保険の加入	
3	学校との連携等	22
V	取組状況の把握と指針の見直し	22
参考	成長期にある中学生のスポーツ活動を実施する上で留意すべき視点	23

I 指針の趣旨

1 策定の背景及び趣旨

中学生期のスポーツ活動は、生涯にわたってスポーツに親しむ習慣を身につけ、体力・運動能力・技術の向上を図るとともに、仲間と互いに競い、励まし、協力する中で、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培うなど、生徒が心身ともに健やかに成長していく上で重要な活動です。また、中学生期の文化芸術活動は、生涯にわたって学び、文化芸術等の活動に親しむ習慣を身につけ、多様な表現や鑑賞の活動を通して、豊かな心や創造性の涵養を図るとともに、生徒が心身ともにバランス良く成長していく上で重要な活動です。

このため、長野県教育委員会では、心身の成長過程にある中学生期にとってのスポーツ・文化芸術活動が「スチューデント・ファースト」（学習者本位）の精神に基づく活動となることを大前提に、生徒にとって望ましいスポーツ・文化芸術環境を構築するという観点から、運動部活動については、平成 26 年 2 月に「長野県中学生期のスポーツ活動指針」を策定し、平成 31 年 2 月にはスポーツ庁が示した「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成 30 年 3 月）を踏まえ、改定しました。

また、文化部活動については、文化庁が策定した「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成 30 年 12 月）に則り、令和元年 12 月「長野県中学校の文化部活動方針」を策定しました。

国は令和 4 年 12 月、これまでの部活動に係るガイドラインを全面的に改訂し、「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」（以下「国のガイドライン」という。）を策定しました。その中で、新たな地域クラブ活動^{*1}への移行の方向性が示され、令和 5 年度から令和 7 年度までの 3 年間を改革推進期間として重点的に取り組みつつ、地域の実情に応じて可能な限り早期の実現を目指すとしています。

これらの部活動改革の背景には、生徒が減少する中、学校部活動をこれまでと同様の形で運営することが難しくなっており、学校や地域によっては存続が厳しい状況にあることや、学校の働き方改革が進む中、本人の意思や専門性の有無について十分な配慮ができない状況で、教員が顧問を務めるこれまでの指導体制を継続することが一層難しくなることなどがあります。

こうしたことから、これまでの学校部活動の在り方を見直し、「地域の子どもたちは、学校を含めた地域で育てる」という意識の下、地域におけるスポーツ・文化芸術環境を整備し、可能な限り早期に、地域において、子どもたちが生涯にわたってスポーツ・文化芸術に親しめる環境を構築することや、教員の働き方改革を推進し、学校教育の質を向上させることに取り組む必要があります。

そこで、「長野県地域スポーツ・文化芸術活動推進連絡協議会」^{*2}での意見や国のガイドライン等を踏まえ、子どもたちが多様な選択肢の中から自主的・自発的に活動を選び、安全・安心な環境において活動できるよう、現行の「長野県中学生期のスポーツ活動指針」と「長野県中学校の文化部活動方針」を統合した「長野県中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針」を新たに策定し、中学生期のス

スポーツ・文化部活動の新たな姿を示すこととしました。

2 本指針の適用

本指針は、公立中学校（義務教育学校後期課程及び特別支援学校中学部を含む。以下同じ。）の運動部活動及び文化部活動並びに新たな地域クラブ活動について適用します。なお、小学校（義務教育学校前期課程及び特別支援学校小学部を含む。以下同じ。）段階の課外活動については、学習指導要領に位置付けられているものではありませんが、多くの小学校で行われている本県の実情を踏まえ、本指針に準ずることとします。

また、地域において実施されている既存のクラブ活動や民間のクラブにおいても、本指針の趣旨を踏まえ、適切で効果的な活動となるよう取組をお願いするものです。

※1 新たな地域クラブ活動は、学校の教育課程外のスポーツ・文化芸術活動として、社会教育法上の「社会教育」（主として青年教育及び成人に対して行われる組織的な教育活動（体育及びレクリエーションの活動を含む。））の一環として捉えることができ、スポーツ基本法や文化芸術基本法上の「スポーツ」「文化芸術」として位置付けられる。本指針では、運営する団体の方針・規約に従って活動し、首長部局や教育委員会の中の地域スポーツ・文化振興担当部署や社会教育・生涯学習担当部署、学校の設置・管理運営を担う担当部署、地域スポーツ・文化芸術団体、学校、保護者等の関係者からなり、地域のスポーツ・文化芸術活動の在り方や環境整備の進め方等について協議する会が指導・助言できるものを新たな地域クラブ活動と定義する。

なお、独自の運営方針等により、既に中学生等を受け入れている地域のクラブや民間のクラブ等についても、前述の協議する会からの依頼により、運営する団体となる場合は、新たな地域クラブ活動となる。

※2 長野県地域スポーツ・文化芸術活動推進連絡協議会は、スポーツ・文化芸術関係団体、教育関係者、市町村関係者、有識者等で構成され、地域のスポーツ・文化芸術活動の在り方や環境整備の進め方等について、県としての考え方や進め方を協議する会。

Ⅱ 学校部活動について

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 県教育委員会は、中学生にとって望ましいスポーツ・文化芸術環境を構築するという観点から、運動部活動や文化部活動の在り方に関する方針を含めた「長野県中学生期のスポーツ・文化芸術活動指針」を策定します。

イ 市町村教育委員会（学校組合教育委員会を含む。以下同じ。）や公立学校の設置者は、本指針を参考に、「設置する学校に係る部活動の方針」を策定します。

ウ 校長は、市町村教育委員会の「設置する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」を策定します。

部活動顧問（小学校課外活動においては課外活動顧問）は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会、コンクール、各種発表会日程等）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、コンクール、各種発表会参加日等）を作成し、校長に提出するとともに、当該部活動の生徒・保護者へ情報提供します。

エ 校長は、ウの活動方針、活動計画及び活動実績を学校のホームページへの掲載等により公表します。

なお、各学校の学校評価の中で、活動の成果や課題について評価し、改善していくことが大切です。

オ 市町村教育委員会は、ウに関し、各学校において学校部活動の活動方針・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。なお、このことについて、県教育委員会は、必要に応じて市町村教育委員会の支援を行います。

(2) 指導・運営に係る体制の構築

ア 校長は、部活動指導員^{※3}や外部指導者^{※4}など、地域と連携して指導者の確保に努め、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、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します。

イ 市町村教育委員会は、各学校の生徒や教員の数、部活動指導員の配置状況や校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員を積極的に任用し、部活動指導員が顧問となり指導や大会等の引率

※3 部活動指導員は、学校教育法施行規則第78条2の規定により中学校におけるスポーツ、文化、科学等に関する教育活動（学校の教育課程として行われるものを除く。）に係る技術的な指導に従事する学校の職員（義務教育学校後期課程及び特別支援学校の中学部については当該規定を準用）。学校の教育計画に基づき、校長の監督を受け、部活動の実技指導、大会・練習試合等の引率等を行う。校長は、部活動指導員に部活動の顧問を命じることができる。単独での指導や引率が原則。

※4 顧問の教諭等と連携・協力しながら部活動のコーチ等として技術的な指導を行う指導者。

を担うことのできる体制を構築します。また、市町村教育委員会や校長は、外部指導者による大会等の引率が可能か検討します。

なお、部活動指導員等の任用・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な知見に基づく指導、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、体罰は、いかなる場合も許されないこと、サービス（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^{※5}を行います。

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の構築を図ります。

エ 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、適宜、指導・是正を行います。

オ 部活動顧問は、年間活動計画等の作成に当たっては、次の点に留意します。

- ・生徒や保護者の思いを踏まえ作成するとともに、その内容について説明し、理解を得ること。
- ・年間を通じ、「トレーニング期、練習期」、「試合・大会期、コンクール等発表期」、「休養期」等に分けて、メリハリのある計画とすること。

カ 県教育委員会及び市町村教育委員会は、部活動顧問を対象とするスポーツ・文化芸術活動の指導に係る知識及び実技の質の向上並びに学校の管理職を対象とする学校部活動の適切な運営に係る実効性の確保を図るための研修等の取組を行います。

キ 県教育委員会、市町村教育委員会及び校長は、教員の学校部活動への関与について、法令や「公立学校の教育職員の業務量の適切な管理その他教育職員のサービスを監督する教育委員会が教育職員の健康及び福祉の確保を図るために講ずべき措置に関する指針^{※6}」（令和2年文部科学省告示第1号）に基づき、業務改善及び勤務時間管理等を行います。

ク 県教育委員会は、部活動指導員や外部指導者を確保しやすくするため、域内におけるスポーツ・文化芸術団体等の協力を得ながら、指導者の発掘・把握に努め、市町村等からの求めに応じて指導者を紹介する指導者リストを作成するなどの取組を行います。また、スポーツ・文化芸術団体等は、生徒の多様なニーズに応えられる指導者の養成や資質向上の取組を進めます。

※5 「学校教育法施行規則の一部を改正する省令の施行について（平成29年3月14日付け28ス庁第704号）」において、市町村教育委員会及び学校は、部活動指導員に対して、上記の内容について事前に研修を行うほか、その後も定期的に研修を行うよう記載している。

※6 「超勤4項目」以外の業務を行う時間も含め、教育職員が学校教育活動に関する業務を行っている時間として外形的に把握することができる時間を「在校等時間」と定義し、時間外在校等時間の上限を①1カ月45時間以内、②1年間360時間以内等としている。

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

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、生徒の心身の健康管理（スポーツ傷害の予防や文化部活動中の傷害の予防、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）及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底します。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」、文化部活動においては文部科学省が平成30年12月に作成した「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」に則り、また、次のア及びイの指針等の内容の取扱いにも十分留意します。

ア 熱中症事故防止の観点から、「熱中症予防運動指針」（公益財団法人日本スポーツ協会（以下「JSP0」という。））等を参考に、例えば熱中症特別警戒アラート及び熱中症警戒アラートが発せられた当該地域時間帯における活動は原則として行わないようにし、必要に応じて活動する場合には冷房の効いた部屋に移動する等、生徒の体調管理を最優先に対処すること。

イ 重大事故の防止に向け、「頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート（長野県教育委員会）」を体育施設等に掲示し、安全に十分配慮して指導するとともに、脳しんとうを含む頭頸部損傷における競技への復帰に際しては、医師の診断を仰ぐ等、適切に対処すること。

県教育委員会及び市町村教育委員会は、学校におけるこれらの取組が徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行います。

(2) 適切な指導の在り方

ア 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傷害のリスクを高め、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、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を図り、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います。

イ 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、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います。

ウ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、生徒のスポーツ・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、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、クの研修講座等及びケの手引

書等を活用し、生徒とコミュニケーションを十分に図りながら指導を行います。

エ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、専門的知見を有する教員等と連携・協力し、発達の個人差や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います。

オ スポーツ・文化芸術活動を行う上で勝利や好成績を目指したり、今以上の水準や記録に挑戦したりすることは自然なことですが、部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、そのみを重視した過度な活動とならないよう十分に留意します。

カ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、中学生期だけでなく、次のステージへ、そして生涯にわたるスポーツ・文化芸術活動へとつなげていく責任を担っていることを自覚し、生徒の多様なニーズに応じるため、生徒との意見交換等を通じて生徒の実態に応じた運営、生徒の主体性を尊重した活動となるよう工夫をします。

キ 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、運営方法や指導方法を定期的に振り返りながら改善する等、柔軟な運営に努めます。

ク 部活動顧問、部活動指導員及び外部指導者は、県教育委員会が主催する指導者を対象とした研修会や講習会等に積極的に参加します。

ケ 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、「運動部活動指導運営実践マニュアル集（長野県中学校体育連盟及び県教育委員会）」や、中央競技団体（スポーツ競技の国内統括団体）が作成した運動部活動の指導手引書を活用し、合理的で効率的かつ効果的な指導を行います。

(3) 学校部活動の充実に向けた地域との連携

ア 運動部活動においては、発育・発達段階にある中学生期の心身の成長に寄与する医科学的な知見に基づく指導を行うことが必要なため、スポーツドクター、アスレティックトレーナー、栄養士、カウンセラー等との連携を図ることが望まれます。

イ 部活動顧問の状況や生徒のニーズ等によっては、優れた指導力を持つ地域指導者の協力を得て活動を行うことが、より効果的です。

ウ 市町村教育委員会や校長は、部活動指導員及び外部指導者に対して、学校の教育目標や年間指導計画、各部の活動目標、活動方針について十分に理解を得た上で委嘱等を行い、その役割を明確にします。

3 適切な休養日と活動時間等

ア 運動部活動において、心身の成長過程にある中学生期の休養日を設定することは、スポーツ傷害の予防やトレーニング効果を高める意味で重要であり、心身の健全な成長に欠かすことのできない食事と睡眠及び生活のリズムを考慮することも大切です。

また、朝の運動部活動については、ウォーミングアップやクーリングダウンの時間が十分にと

れない、朝食から昼食までの間隔が空き過ぎるといった課題があることから、放課後にまとめて行い、充実させることが、効率的かつ効果的な活動へとつながります。

運動部活動では、生涯にわたってスポーツに親しむための習慣の形成、バランスのとれた生活、スポーツ傷害の予防などの観点から適切な活動となるよう、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^{※7}も踏まえ、活動の基準を次のとおりとします。

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、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、学校部活動、学校外の活動、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、運動部活動と同様の基準とします^{※8}。

- 学期中は、週当たり2日以上休養日を設け、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、コンクール、各種発表会等への参加等で活動した場合は、休養日をできるだけ他の週末に振り替え、週末の活動が常態化しないよう配慮する。
- 長期休業中は、休業期間の半分以上の休養日を設定し、生徒が十分な休養を取ることができ、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、できるだけ平日に行うことに配慮するとともに、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、長くとも3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。なお、大会への参加等により、基準とする1日の活動時間を上回る場合には、他の日の活動時間を調整するなど、生徒の負担とならないよう配慮する。
- 放課後の活動時間の確保を基本とし、大会等の前であっても朝の部活動は、原則として行わない。ただし、放課後の活動が行えず、練習時間が確保できない場合には、生徒の健康や生活リズム等を配慮し、生徒や保護者に対して十分な説明を行い、理解を得た上で朝の活動を実施することが考えられる。なお、その場合にあっても、ウォーミングアップやクーリングダウンの時間が十分に取れないことに鑑み、激しい運動は避ける。

※7 「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ついて」（平成29年12月18日公益財団法人日本体育協会）において、研究等が競技レベルや活動場所を限定しているものではないことを踏まえた上で、「休養日を少なくとも1週間に1～2日設けること、さらに、週当たりの活動時間における上限は、16時間未満とすることが望ましい」ことが示されている。

※8 学校教育法施行規則に定められている中学校の各学年の年間標準授業時数を、学習指導要領に示された年間の授業週数に照らして1週間当たりに換算すると、1週間当たりの授業時数は29単位時間（24時間10分）である。一方、スポーツ庁「平成29年度運動部活動等に関する実態調査」によれば、中学校の文化部活動の1週間の活動時間が「14時間を超える」と回答した生徒の割合は全体の42.0%、「21時間を超える」と回答した生徒の割合は全体の21.7%であり、学校の教育活動の中心である教育課程内の活動と比して、部活動の時間がそれに匹敵する程度に長時間になってしまうことは、生徒の負担等の観点から適切ではないと考えられる。こうしたことから、「長野県中学校の文化部活動方針」（令和元年12月策定）において、1週間当たり長くとも11時間程度となる活動時間の基準を定めた。

- イ 市町村教育委員会は、1 (1) のイの「設置する学校に係る学校部活動の方針」の策定に当たっては、本指針の基準を踏まえ、休養日及び活動時間等を設定し、明記します。
- また、ウに関し、適宜、支援及び指導・是正を行います。
- ウ 校長は、1 (1) のウの「学校部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、本指針の基準を踏まえるとともに、市町村教育委員会が策定した方針に則り、休養日及び活動時間等を設定し、公表します。また、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当たっては、学校や地域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、運動部共通、文化部共通、学校全体、市町村共通の部活動休養日やオフシーズンの設定等のほか、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ます。
- オ 当面、学校部活動と地域クラブ活動の両方で活動するケースや、今後、複数の地域クラブで活動するケースも考えられるため、部活動顧問や新たな地域クラブ活動の指導者は、生徒の意思を確認するとともに、指導者間で連携するなどして生徒の活動時間や内容を把握し、心身への負担が過度にならないよう配慮した活動にします。

4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備

- ア 校長は、学校の指導体制等に応じて、性別や障がいの有無を問わず、技能等の向上や大会等で好成績を収めること以外にも、気軽に友達と楽しめる、適当な頻度で行える等多様なニーズに応じた活動を行うことができる環境を整備します。
- 具体的な例として、運動部活動では、より多くの生徒の運動機会の創出が図られるよう、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ます。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関わらず一緒にできるアート活動等、文化芸術を愛好する習慣の形成に向けた動機付けとなるものが考えられます。
- イ 市町村教育委員会は、少子化に伴い、単一の学校では特定の分野の学校部活動を設けることができない場合や、部活動指導員や外部指導者が配置できず、指導を望む教師もいない場合には、生徒のスポーツ・文化芸術活動の機会が損なわれることがないように、当面、複数校の生徒が拠点校の学校部活動に参加する等、合同部活動等の取組を推進します。
- 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とともに、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します。
- エ 市町村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・部門だけでなく、スポーツ・文化芸術や科学分野の活動、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します。

5 学校部活動の地域との連携

ア 県教育委員会、市町村教育委員会及び校長は、生徒のスポーツ・文化芸術環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、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ます。例えば、6に記載の「スポーツ・文化芸術活動運営委員会」等を活用し、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・文化芸術活動の在り方等を協議することが考えられます。

イ 県教育委員会、市町村教育委員会及び校長は、地域の実情に応じ、学校種を越え、高等学校、大学及び特別支援学校等との合同練習を実施するなどにより連携を深め、生徒同士の切磋琢磨や多様な交流の場を設けます。

ウ 公益財団法人長野県スポーツ協会及び郡市体育（スポーツ）協会は、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団、地域のスポーツ団体等の関係団体と連携・協働し、適切な資質・能力を身につけた指導者の確保や受け皿となる団体の確保等に取り組むなど、地域のスポーツ環境の充実に向け県教育委員会や市町村教育委員会等に協力します。

また、各分野の文化芸術団体等は、県教育委員会や市町村教育委員会等と連携し、地域の文化芸術環境の充実に協力します。

エ 市町村教育委員会及び校長は、地域で実施されている分野と同じ分野の学校部活動について、休日の練習を共同で実施するなど連携を深めます。平日においても、できることから地域のスポーツ・文化芸術団体等と連携して活動する日を増やします。

オ 市町村教育委員会及び校長は、学校部活動だけでなく、地域で実施されているスポーツ・文化芸術活動の内容等についても生徒や保護者に周知するなど、生徒の興味や関心に応じて自分にふさわしい活動を選べるようにします。

カ 市町村教育委員会は、施設の管理や鍵の貸出、動線の確保など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・文化芸術に親しめる場所が確保できるよう、学校施設等の開放を推進します。

キ 県教育委員会、市町村教育委員会及び校長は、学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のために教育・スポーツ・文化芸術環境の充実を支援するパートナーという考え方の下で、アからカまでの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。

6 スポーツ・文化芸術活動運営委員会※⁹

中学校の部活動が抱える課題や、地域において実施されている社会体育活動や社会文化活動との連携等について協議するため、市町村教育委員会等が設置しているスポーツ・文化芸術活動運営委員会には、専門的な知見を有する教員等のほか、地域のスポーツ・文化芸術団体等の関係者、地域医療関係者、学校評議員、信州型コミュニティースクール運営委員など校外の関係者にも参加していただくことが望まれます。

スポーツ・文化芸術活動運営委員会では、当該中学校の目標や方針等を踏まえた学校部活動の運営について検討を行うだけでなく、地域において実施されている社会体育・文化活動との連携、現状や課題についても共有し、今後のスポーツ・文化芸術活動の在り方等を協議することが求められます。

7 大会等の在り方の見直し

(1) 学校単位で参加する大会等の見直し

ア 県中学校体育連盟（以下「県中体連」という。）は、主催する大会等について、4を踏まえ、複数校による合同チームの参加、新たな地域クラブでの参加などの参加資格に関することや、参加生徒のスポーツ傷害の予防等の観点からの大会の規模、日程等の在り方、ボランティア等の外部人材の活用の在り方等に関して見直しが求められます。

文化庁活動に関わる大会等の主催者は、4を踏まえ、複数校による合同グループの参加、新たな地域クラブでの参加などの参加資格に関することや、大会等の規模、日程等の在り方、外部人材の活用の在り方等に関して見直しが求められます。

イ 市町村教育委員会は、所管する学校の部活動が参加する大会等や、地域からの要請等により参加する地域の行事・催し等（以下「地域の行事等」という。）の状況を把握し、週末等に関係される様々な大会等や地域の行事等に参加することが、生徒や部活動顧問の過度な負担とならないよう、大会等や地域の行事等の在り方の検討を主催者に要請するとともに、スポーツ・文化芸術活動運営委員会等と連携を図り、各学校の部活動が参加する大会等の数の目安等について検討します。

※9 市町村教育委員会等各中学校区などに設置している委員会で、地域のスポーツ・文化活動関係者、学校、保護者等によって組織される。当該中学校の部活動充実のため、運営計画や課題について協議するとともに、地域において実施されている社会体育活動や社会文化活動との連携についても協議して、より良い中学生期のスポーツ・文化芸術活動を推進する。

<協議内容の例>

- ・学校が作成した部活動の活動目標、活動方針、運営計画等についての検討
- ・生徒の活動状況や、顧問の指導内容について
- ・生徒や顧問の過度な負担とならないための大会等への参加についての検討
- ・地域において実施されている社会体育活動や社会文化活動との連携と活動の状況把握
- ・部活動指導員や外部指導者の活用及び役割分担の共通理解
- ・合同部活動等の推進
- ・生徒の多様なニーズに応じたスポーツ・文化芸術活動の検討

ウ 校長は、イの目安等を踏まえ、教育上の意義や、生徒や部活動顧問の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会等を精査します。

エ 県教育委員会は、アからウまでの取組が着実に進むよう、市町村教育委員会、県中体連、競技団体、文化部活動に関わる諸団体等と連携を図ります。

(2) 大会等への参加の引率や運営に係る体制の整備

① 大会等への参加の引率

ア 県教育委員会は、県中体連や県吹奏楽連盟等が主催する大会等について、学校部活動における大会等の引率を部活動指導員が担う場合、原則として単独で行い、生徒の安全確保等に留意しつつ、外部指導者や地域のボランティア等の協力を得るなどして、できるだけ教員が引率しなくてもよい体制を整備し、運用するよう主催者に働きかけます。また、県教育委員会は、県中体連や県吹奏楽連盟等が主催する大会等に新たな地域クラブが参加する場合の引率を、当該クラブを運営する団体の指導者が行うことについて大会等の規定として整備し、運用するよう主催者に働きかけます。

イ 県中体連や県吹奏楽連盟等は、主催大会において、外部指導者による引率を可能とし、校長・教員・部活動指導員が引率できない場合に限定するのではなく、適切な外部指導者がいる場合には校長が認めた上で引率を可能とするよう、引率規定を見直します。

ウ 市町村教育委員会及び学校は、イにより引率規定が見直された場合、外部指導者による大会等の引率が可能か検討します。

② 大会運営への従事

ア 大会等の主催者は、大会等の運営を自らの団体等に所属する者や外部委託の者で賄うなど適切な体制の整備を進めます。

イ 大会等の主催者は、大会等に参加する学校や新たな地域クラブ活動の実施主体等に対して、審判員等の運営スタッフとして参画することを出場要件とする場合は、参画することに同意する部活動顧問や地域クラブ活動の指導者に大会等の運営スタッフとなることを委嘱し、主催者の一員として従事することを明確にします。

ウ サービスを監督する教育委員会及び校長は、大会運営に従事する教員等の服務上の扱いの明確化や兼職兼業の許可について、適切な服務監督を行います。新たな地域クラブ活動を運営する団体は、当該団体等の規定等に基づき、必要に応じて大会運営に従事する指導者の兼職兼業等の適切な勤務管理を行います。

エ サービスを監督する教育委員会及び校長は、スポーツ・文化芸術団体の役員等として日頃から当該団体等の活動に従事している教員等を含め、教員等が実費弁済の範囲を超えて報酬を得て大会運営に従事することを希望する場合は、兼職兼業の許可を含めた適切な勤務管理を行います。この際、学校における業務への影響の有無、教員等の健康への配慮等の観点から、学校での職

務負担や大会運営に従事する日数等を確認した上で、兼職兼業等の許可の判断を行います。

オ 大会等の主催者は、必要に応じ、JSP0、公益財団法人笹川スポーツ財団及び特定非営利活動法人日本スポーツボランティアネットワークなど、スポーツ・文化ボランティア活動の推進に関する団体等との連携を図ります。

③ 大会運営の支援

ア 県及び市町村は、大会等に対する支援の在り方を見直し、新たな地域クラブ活動等が参加できる大会等について、学校や公共の体育・スポーツ施設、文化施設を利用する際には、低廉な利用料にするなど、利用しやすい環境づくりについて検討します。

イ 校長は、大会等の主催者に対し、生徒が大会運営の補助（大会の準備や片付け、審判の補助等）に関われるよう、働きかけます。

(3) 生徒の安全確保

ア 大会等の主催者は、参加する生徒の健康と安全を守るため、各種目・部門の特性等を踏まえ、中学校等の生徒向けの大会等の開催が可能な環境基準として、例えば、気温や湿度、暑さ指数（WBGT）等の客観的な数値をもとに、安全な運営や会場確保に努めます。

イ 大会等の主催者は、天候不順等により大会日程が過密になった場合は、大会等を最後まで実施することのみを重視することなく、試合数の調整や、途中で大会等を打ち切るなど、生徒の体調管理を最優先に対応します。

(4) 大会等の在り方

ア 大会等の主催者には、発育・発達期にある生徒にとっての大会等の意義を、本指針の趣旨を踏まえて改めて検討し、生徒にとってふさわしい大会の在り方や、適切な大会等の運営体制等へ見直すことが求められます。

イ 大会等の主催者には、大会等の開催回数について、生徒や保護者等の心身の負担が過重にならないようにするとともに、学校生活との適切な両立を前提として、種目・部門・分野ごとに適正な回数へ精選することが求められます。

ウ 大会等の主催者は、スポーツ・文化芸術に親しむことや生徒間の交流を主目的とした大会、高い水準の技能や記録に挑む生徒が競い合うことを主目的とした大会など、多様な大会等の開催について検討が望まれます。その際、誰もが参加機会を得られるよう、リーグ戦の導入や能力別にリーグを分けるなどの工夫についても検討します。

エ 特別支援学校等の大会等については、特別支援学校等に在籍する生徒のスポーツ・文化芸術への参画を促進する観点から、関係者が連携して、本指針の趣旨を踏まえ、大会等の整備を進めます。その際、学校における働き方改革の動向に十分留意します。

8 学校部活動の新たな地域クラブ活動への移行

(1) 新たな地域クラブ活動への移行の目的

生徒が減少する中、学校部活動をこれまでと同様の体制で運営することが困難になってきており、学校や地域によっては存続が厳しい状況にあります。また、学校の働き方改革が進む中で、本人の意思や専門性の有無について十分な配慮ができない状況で、教員が顧問を務めるこれまでの指導体制を継続することが、厳しくなっています。こうしたことから、「地域において、子どもたちが生涯にわたってスポーツ・文化芸術に親しめる環境を構築すること」と「教員の負担軽減により働き方改革を推進し、学校教育の質を向上させること」を目的として、学校部活動を地域クラブ活動に移行します。

(2) 新たな地域クラブ活動への移行の目途

原則として、休日・平日ともに、全ての学校部活動（スポーツ・文化芸術活動）を、新たな地域クラブ活動に移行します。

ア 休日について

国は令和7年度までを改革推進期間とし、移行の達成時期は一律に定めないこととしました。しかしながら、新たな地域クラブ活動への移行に向けた環境整備に地域差が生じると、子どもの体験格差や教職員の労働条件格差につながるため、県として移行の目途を設定することとしました。

本県は、

- ①市町村数が多く都市部、山間部など地域ごとに部活動を取り巻く状況が大きく異なること
- ②生徒数の減少により、複数の市町村が連携して環境整備を進める形が数多く想定され、新たな地域クラブ活動の設立に時間を要すること
- ③特に文化芸術活動においては、関係団体数の地域差が大きく指導者の確保等に時間を要すると考えられること

などから、国が示す令和7年度までの改革推進期間中に新たな地域クラブ活動の環境整備を鋭意進め、可能な限り早期の実現を目指しつつ、地域の実情に応じ、令和8年度末を目途に休日の学校部活動の地域クラブ活動への移行完了を目指します。

イ 平日について

平日はできるところから移行を進め、移行が難しい場合でも生徒の活動を保障しつつ、日課等の調整により教員の勤務時間外の部活動指導を減らす工夫を検討・実施します。

県教育委員会は、令和7年度までの移行状況を調査・検証し、改めて平日の移行について方針を示します。

Ⅲ 学校部活動の延長として行われている社会体育・社会文化活動について

学校週5日制が導入された際、部活動の練習時間をより長く確保することを目的に始められた学校部活動の延長として行われている社会体育活動や社会文化活動^{※10}は、活動の過熱化の一因ともなっており、長時間に及ぶ活動による生徒や家庭への負担、学習や家庭生活とのバランスを欠くといった問題や万が一の事故等が起こった場合は、その責任の所在が保護者や指導者にあるのか、又は学校にあるのか、判断が曖昧な状態にあることが指摘されてきました。また、学校部活動との関係性から、任意の参加であっても参加せざるを得ない状況や雰囲気は指摘されるなどの課題もあるため、延長部活動を廃止して、「学校管理下で行われる部活動」又は「地域において実施されている社会体育活動や社会文化活動」への移行を進めてきました。

今後、学校部活動は、Ⅱ8のとおり新たな地域クラブ活動への移行が進められることから、部活動の保護者会や地域の指導者等が運営団体や実施主体になるケースについても、新たな地域クラブ活動としてⅣ2に従って運営するものとします。

※10 部活動と同様の活動が連続又は近接して行われるもので、部活動の保護者会が主催であったり、地域のスポーツ・文化芸術指導者等が運営主体になったりしているが、主には、部活動と同じ部員、同じ指導者によって構成されている。学校週5日制の導入時に休日の部活動時間を確保するため行われてきたが、平日の放課後に活動が拡大され、長時間に及ぶ活動による生徒への負担が危惧されている。地域において実施されている社会体育活動とは異なる。

IV 新たな地域クラブ活動について

公立中学校において、学校部活動の維持が困難となる前に、学校と地域との連携・協働により、生徒のスポーツ・文化芸術活動の場として、新たに地域クラブ活動を整備する必要があります。

新たな地域クラブ活動は、学校の教育課程外の活動として、社会教育法上の「社会教育」（主として青少年及び成人に対して行われる組織的な教育活動（体育及びレクリエーションの活動を含む。）の一環として捉えることができ、また、スポーツ基本法や文化芸術基本法上の「スポーツ」「文化芸術」として位置付けられるものでもあります。従って、新たな地域クラブ活動は、学校と連携し、学校部活動の教育的意義を継承しつつ、スポーツ・文化芸術の振興の観点からも充実を図ることが重要です。

これを踏まえ、学校部活動で担ってきた生徒のスポーツ・文化芸術活動を地域のスポーツ・文化芸術活動が支えるという視点から、新たな地域クラブ活動の在り方や運営体制、活動内容等について示します。県及び市町村においては、地域の実情に応じ、関係者の共通理解の下、できるところから取組を進めます。

1 新たな地域クラブ活動の在り方

ア 県及び市町村は、生徒が生涯にわたってスポーツ・文化芸術に親しむ機会を確保し、生徒の心身の健全育成等を図るためだけでなく、地域住民にとってもより良い地域スポーツ・文化芸術環境となることを目指し、地域のスポーツ・文化芸術団体、学校等の関係者の理解と協力の下、各々の役割を踏まえ、生徒の活動の場として、新たな地域クラブ活動を行う環境の整備に取り組めます。

イ 地域クラブ活動を行う環境の整備は、各地域クラブ活動を統括する運営団体や、個別の地域クラブ活動を実際に行う実施主体が進めることが考えられます^{※11}。このような運営団体・実施主体等の整備、生徒のニーズに応じた複数の運動種目・文化芸術分野に取り組めるプログラムの提供、質の高い指導者の確保等に取り組み、生徒のみならず地域住民を対象とした地域スポーツ・文化芸術活動全体を振興する契機とします。

ウ 新たな地域クラブ活動を整備するに当たり、例えば総合型地域スポーツクラブの充実を図ることで、中学校の生徒だけではなく、他の世代にとっても、気軽にスポーツ・文化芸術活動を行える環境となり、地域全体としてより幅広いニーズに応えられるようになること、生涯を通じた運動習慣作りや文化芸術等の愛好が促進されること、行政やスポーツ・文化芸術団体、学校等との緊密な連携や、指導者等の活用が充実することが期待できます。

※11 運営団体及び実施主体は、同一の団体となる場合も考えられる。

2 適切な運営や効率的・効果的な活動の推進

(1) 参加者

従来の学校部活動に所属していた生徒はもとより、学校部活動に所属していない生徒、運動・歌・楽器・絵を描くことなどが苦手な生徒、障がいのある生徒など、希望する全ての生徒を想定します。

(2) 運営団体・実施主体

① 地域スポーツ・文化芸術団体等の整備充実

【地域スポーツ団体等】

ア 市町村は、関係者の協力を得て、新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体の整備充実を支援します。その際、運営団体・実施主体は、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団、体育・スポーツ協会、競技団体、クラブチーム、プロスポーツチーム、民間事業者、フィットネスジム、大学など多様なものが想定されます。また、地域学校協働本部や保護者会、同窓会、複数の学校の運動部が統合して設立する団体など、学校と関係する組織・団体も想定されます。なお、市町村が運営団体となることも想定されます。

イ 県及び市町村は、『スポーツ団体ガバナンスコード＜一般スポーツ団体向け＞』（令和元年8月スポーツ庁策定、令和5年11月改定）を運営団体・実施主体等に対して広く周知・徹底します。また、運営団体・実施主体は、『スポーツ団体ガバナンスコード＜一般スポーツ団体向け＞』に準拠した運営を行うことが求められます。

【地域文化芸術団体等】

市町村は、関係者の協力を得て、新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体の整備充実を支援します。その際、運営団体・実施主体は、文化芸術団体等に加え、地域学校協働本部や保護者会、同窓会、複数の学校の文化部が統合して設立する団体など、学校と関係する組織・団体が想定されます。なお、市町村が運営団体となることも想定されます。

② 関係者間の連携体制の構築等

ア 県及び市町村は、首長部局や教育委員会の中の地域スポーツ・文化振興担当部署や社会教育・生涯学習担当部署、学校の設置・管理運営を担う担当部署、地域スポーツ・文化芸術団体、学校、保護者等の関係者からなる協議会において、定期的・恒常的な情報共有・連絡調整を行い、緊密に連携する体制を整備します。

イ 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、例えば、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会の日程等）及び毎月の活動計画（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を策定し、公表に努めます。また、協議会において、地域におけるスポーツ・文化芸術団体と地域クラブ活動での生徒同士のトラブルや事故等の対応について情報を共有し、共通理解を図ります。

(3) 指導者

① 指導者の質の担保

【地域スポーツクラブ活動】

ア 県及び市町村は、生徒にとってふさわしい地域スポーツ環境を整備するため、各地域において、専門性や資質・能力を有する指導者の確保に努めます。また、スポーツ団体等は、生徒の多様なニーズに応えられる指導者の養成や資質向上の取組を進めます。

イ スポーツ団体等は、指導技術の担保や生徒の安全・健康面の配慮など、生徒への適切な指導力等の質の担保のみならず、暴言・暴力、行き過ぎた指導、ハラスメント等の行為も根絶します。また、指導者に暴力等の問題となる行動が見られた場合への対応について、スポーツ団体等が自ら設ける相談窓口のほか、JSP0 等の統括団体が設ける相談窓口を活用し、公平・公正に対処します。県や市町村などスポーツ団体とは別の第三者が相談を受け付け、各競技団体等と連携しながら対応する仕組みの検討等を進めます。

【地域文化クラブ活動】

ア 県及び市町村は、生徒にとってふさわしい文化芸術等に親しむ環境を整備するため、各地域において、専門性や資質・能力を有する指導者の確保に努めます。また、文化芸術団体等は、生徒の多様なニーズに応えられる指導者の養成や資質向上の取組を進めます。

イ 文化芸術団体等は、指導者の質を保障するための研修等実施の際、これまでの文化部活動の意義や役割について、地域単位の活動においても継承・発展させ、新しい価値が創出されるよう、学校教育関係者等と必要な連携をしつつ、発達段階やニーズに応じた多様な活動ができるように留意します。特に、練習が過度な負担とならないようにするとともに、生徒の安全の確保や暴言・暴力、行き過ぎた指導、ハラスメント等の行為も根絶します。また、指導者に当該行為が見られた場合への公平・公正な対応について、文化芸術団体等が自ら設ける相談窓口の設置及びその周知や、県や市町村など文化芸術団体とは別の第三者が相談を受け付け、各団体等と連携しながら対応する仕組みの検討等を進めます。

② 適切な指導の実施

ア 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、Ⅱ 2（１）に準じ、参加者の心身の健康管理、事故防止を徹底し、体罰・ハラスメントを根絶します。県及び市町村は、適宜、指導助言を行います。

イ 指導者は、Ⅱ 2（１）に準じ、生徒との十分なコミュニケーションを図りつつ、適切な休養、過度の練習の防止や合理的かつ効率的・効果的な練習の積極的な導入等を行います。

また、専門的な知見を有する教員等の協力を得て、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修得します。

③ 指導者の量の確保

ア 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、スポーツ・文化芸術団体の指導者のほか、部活動指導員、外部指導者、退職教員、兼職兼業による教員等、企業関係者、公認スポーツ指導者、スポーツ推進委員、競技・活動経験のある大学生・高校生や保護者、地域おこし協力隊など、様々な関係者から指導者を確保します。

イ 市町村は、域内のスポーツ・文化芸術団体等の協力を得ながら、指導者の発掘・把握に努めます。県は、指導者を紹介する既存の人材バンク（例：公益財団法人長野県スポーツ協会の「ながのスポーツ人材バンク」）の充実を働き掛けるとともに、指導者リストを作成するなど、地域クラブ活動の運営団体・実施主体による指導者確保に協力します。市町村が人材バンクを整備する場合は、県との連携にも留意します。

ウ 県、市町村及び地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、生徒が優れた指導者から指導を受けられるよう、必要に応じ ICT を活用した遠隔指導ができる体制整備に努めます。

④ 教員等の兼職兼業

ア サービスを監督する教育委員会は、「公立学校の教師等が地域クラブ活動に従事する場合の兼職兼業について」（文部科学省：令和5年2月策定。以下「国の手引き」という。）等を参考としつつ、地域クラブ活動での指導を希望する教員等が、適正かつ円滑に兼職兼業の許可を得られるよう、規程や運用の改善を行います。

イ サービスを監督する教育委員会が兼職兼業の許可をする際には、教員等の本人の意思を尊重し、指導を望んでいないにもかかわらず参加を強いられることがないように十分に確認するとともに、勤務校等における業務への影響の有無、教員等の健康への配慮などの観点についての校長の事前確認等を参考に、検討して許可します。

ウ 教員等が兼職兼業での指導する際、継続的・安定的な指導を行うためには、居住地において指導することが望ましいと考えます。

エ サービスを監督する教育委員会が兼職兼業に係る労働時間等の確認等を行うに当たっては、国の手引きを参考にするとともに「副業・兼業の促進に関するガイドライン」（厚生労働省：平成30年1月策定、令和2年9月改定）も参照し、運営団体等と連携してそれぞれにおいて勤務時間等の全体管理を行うなど、雇用者等の適切な労務管理に努めます。

(4) 活動内容

ア 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、競技・大会志向に特化した特定の種目や分野に継続的に専念する活動だけではなく、休日や長期休暇中などに開催される体験教室や体験型キャンプのような活動、レクリエーション的な活動、シーズン制のような複数の種目や分野を経験できる活動、障がいの有無にかかわらず、誰もが一緒に参加できる活動、アーバンスポーツや、メディア芸術、ユニバーサルスポーツ、アート活動などについて、複数の活動を同時

に体験することも想定しながら、指導体制に応じて生徒の志向や体力等の状況に適したスポーツ・文化芸術に親しむ機会を、段階的に確保します。

イ 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、地域の実情に応じ、生徒の自主的・自発的な活動を尊重しつつ、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団、地域の文化芸術団体など他の世代向けに設置されている活動に生徒と一緒に参画できるようにします。

ウ 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、地域で実施されているスポーツ・文化芸術活動の内容等を生徒や保護者に対して周知します。

(5) 適切な休養日等の設定

地域クラブ活動に取り組む時間については、競技・大会志向の強いものも含め、生徒の志向や体力等の状況に応じて適切な活動時間とする必要があります。新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、生徒の心身の成長に配慮して、健康に生活を送れるようⅡ 3に準じ、以下に記載する活動時間を遵守し、休養日を設定します。

その際、学校部活動と新たな地域クラブ活動が併存することから、生徒の成長や生活全般を見通し、2 (2) ②のとおり、運営団体・実施主体と学校を中心とした関係者が連携し、調整を図ることが必要です。

ア 学校の学期中は、週当たり2日以上休養日を設けます（平日は少なくとも1日、週末は少なくとも1日以上を休養日とします。週末に大会参加等で活動した場合は、できるだけ休養日を他の日に振り替え、週末の活動が常態化しないよう配慮する）。

新たな地域クラブ活動を休日のみ実施する場合は、原則として1日を休養日とし、休日に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の休日に振り替えます。

イ 学校の長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行います。また、生徒が十分な休養を取ることができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設けます。

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）は原則として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・効果的な活動を行います。

エ 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、各部共通、学校全体、市町村共通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ます。新たな地域クラブ活動については、土日や祝日のみ活動するケースも考えられるため、アの休養日やウの活動時間の基準を原則とし、例えば、1日の活動時間を遵守しながら、平日・休日にこだわらず1週間で2日間休養日を設けるなどの柔軟な対応を想定します。

オ 当面、学校部活動と新たな地域クラブ活動の両方で活動するケースや、今後、複数の地域クラブで活動するケースも考えられるため、部活動顧問や新たな地域クラブ活動の指導者は、生

徒の意思を確認するとともに、指導者間で連携するなどして生徒の活動時間や内容を把握し、心身への負担が過度にならないよう配慮した活動にします。

(6) 活動場所

ア 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、公共のスポーツ・文化施設や社会教育施設、地域団体・民間事業者等有する施設に加え、地域の中学校をはじめとして、小学校や高等学校、特別支援学校や廃校施設の活用も検討します。

イ 県及び市町村は、新たな地域クラブ活動を行う団体等が学校施設、社会教育施設や文化施設等を利用する際には、低廉な利用料にするなど、利用しやすい環境づくりについて検討します。

ウ 営利を目的とした学校施設の利用を一律に認めない規則の制定や運用を行っている市町村においては、新たな地域クラブ活動を行う民間事業者等による学校施設の利用が可能となるよう検討します。

エ 県、市町村及び学校は、学校の負担なく学校施設の円滑な利用を進めるため、学校、行政、関係団体による２（２）②の協議会等を通じて、イを踏まえた地域クラブ活動の際の利用ルール等を策定について検討します。

オ アからウまでについて、県及び市町村は、「学校体育施設の有効活用に関する手引き」（令和２年３月スポーツ庁策定）や「地域での文化活動を推進するための『学校施設開放の方針』について」（令和３年１月文化庁策定）も参考に取り組みます。

(7) 会費の適切な設定と保護者等の負担軽減

ア 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、会費について、生徒や保護者、地域住民等の理解を得つつ、活動の維持・運営に必要な範囲で、可能な限り低廉な設定に努めます。

イ 県及び市町村は、新たな地域クラブ活動を行う団体等が学校施設、社会教育施設や文化施設等を利用する際には、低廉な利用料にするなど、利用しやすい環境づくりに協力します。

市町村は、生徒の送迎について、スクールバスの活用や地域の公共交通機関との連携など、生徒が新たな地域クラブ活動に参加するための移動支援について検討します。県は先進事例や実証事業を検証し、支援の在り方について研究します。

県及び市町村は、経済的に困窮する家庭の生徒の新たな地域クラブ活動への参加費用の支援等について先進事例や実証事業をもとに、支援の在り方について研究します。

ウ 県及び市町村は、新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体が、地元の企業等の協力を得て、企業等有する施設の利用や設備・用具・楽器の寄附等の支援を受けられる体制の整備や、家庭の参加費用の負担軽減に資する取組等を推進します。その際、企業からの寄附等を活用した基金の創設や、企業版ふるさと納税の活用等も考えられます。

エ 地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、「スポーツ団体ガバナンスコード＜一般スポーツ団体向け＞」（令和元年８月スポーツ庁策定）に準拠し、公正かつ適切な会計処理を行い、組織運

営に透明性を確保するため、関係者に対する情報開示を適切に行います。

(8) 保険の加入

ア 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、指導者や参加する生徒等に対して、自身のケガ等を補償する保険や個人賠償責任保険への加入を義務付けます。

イ 新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体は、その活動中に発生した事故による高額な損害賠償に対応できるよう、例えばスポーツ・文化法人責任保険などへの加入を検討します。

3 学校との連携等

ア 新たな地域クラブ活動では、生徒が集団の中で仲間と切磋琢磨することや、学校の授業とは違った場所で活躍することなど、生徒にとって望ましい成長の機会となることが期待されます。

学校部活動の教育的意義や役割を継承しながら、地域での多様な体験や様々な世代との豊かな交流等を通じた学びなどの新しい価値が創出されるよう、学校・家庭・地域の相互の連携・協働の下、スポーツ・文化芸術活動による教育的機能を高めていくことが大切です。

イ 新たな地域クラブ活動と学校部活動では、組織や指導者が異なるため、2(2)②のイにより、新たな地域クラブ活動と学校部活動との間で、活動方針や活動状況、スケジュール等の共通理解を図るとともに、関係者が日々の生徒の活動状況に関する情報共有等を綿密に行い、学校を含めた地域全体で生徒の望ましい成長を保障します。その際、兼職兼業により指導に携わる教員の知見も活用します。

ウ 県及び市町村は、新たな地域クラブ活動が2に示した内容に沿って適正に行われるよう、新たな地域クラブ活動の運営団体・実施主体の取組状況を適宜把握し、必要な指導助言を行います。

エ 県教育委員会、市町村教育委員会及び校長は、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生徒や保護者に周知するなど、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します。

V 取組状況の把握と指針の見直し

県教育委員会は、本指針を踏まえた学校部活動の取組状況や地域クラブ活動等の実態を把握するとともに、今後の学校部活動の地域クラブ活動への移行の状況等を踏まえ、本指針の見直しを行います。

1 「栄養・運動・睡眠」の3本柱をトータルで考えましょう

成長期にある中学生にとって、「栄養・運動・睡眠」は、身体の発育・発達に欠かすことができない3本柱としてトータルで考えることが重要です。十分な栄養と睡眠があつてこそ、質と量の充実したトレーニングが行えます。

2 「食事の基本形」を確立しましょう

中学生期には「食事の基本形」を確立することが大切で、それは生涯を通じた健康づくりにつながっていきます。給食を例にとると分かりやすく、**主食**＋**汁物**＋**主菜**＋**副菜**が「食事の基本形」となります。スポーツを行う場合は、これに加えて、給食では必ずついてくる**牛乳**・**乳製品**を加え、さらに**果物**を意図的に摂取していくことが大切です。

このようなバランスのとれた食事を心がけるとともに、「トレーニング期」「試合期」「休養期」等に合わせて摂取量を調整していくことも大切です。

また、指導者はもとより、生徒・保護者も食事の大切さを理解し、保護者の協力を得ながら、栄養バランスに留意した食事の摂取が望まれます。

3 短時間で効果的な練習になるよう工夫しましょう

生徒の1日のライフスタイルを考慮し、短時間で効果的な練習が望まれます。休養日なしに練習したり、長時間練習したりするような過度な練習は、スポーツ傷害の予防の面からもマイナスです。活動計画を考えたり振り返ったりする日を設ける必要があります。

4 スポーツ傷害の予防に努めましょう

多くの選手は、疲れや何らかの痛み等があっても「我慢して練習に参加する」傾向にあります。選手自身が痛みや違和感があれば、すぐに相談できる雰囲気や体制づくりが大切です。

また、スポーツ医・科学の知識を持っていれば、未然に防ぐことができるスポーツ傷害も多くあります。指導者は、中学生期の心身の特徴を理解し、以下の3点に留意した指導が望まれます。

- ・「スポーツ傷害は、付きもの」「強くなる上で、傷害は当たり前」という考え方を捨てる。
- ・過度な負荷の繰り返しはスポーツ傷害を発生させたり、二次的に他の部位にも影響を及ぼしたりする可能性がある。
- ・度重なるスポーツ傷害が負の連鎖となり、結果、回復にかかるブランクが競技力向上の妨げとなる。

5 実際のトレーニングについて

(1) 個人差を考慮したトレーニングをしましょう

中学生期は体格・体力に差が大きいため、個々の体格・体力に応じた基礎体力づくりやトレーニングメニューが望まれます。このことは、スポーツ傷害の減少にもつながります。

(2) 工夫したトレーニングをしましょう

同じトレーニングを継続して行うだけでなく、変化をもたせたトレーニングを行うことにより、精神的ストレスが軽減でき、トレーニングに同じ時間を費やしても疲労度が少なく感じられます。また、故障者には痛みを感じさせないトレーニングメニューを与える等の工夫も大切です。

(3) ウォーミングアップとクーリングダウンをしっかりと行いましょう

ウォーミングアップとクーリングダウンは、「ケガをしていないから必要ない」「ケガをしているからする」という考え方でなく、運動強度が強くなればなるほど傷害については慎重になるべきです。時間については、ウォーミングアップは 30 分くらい、クーリングダウンについては 15 分くらいが目安ですが、効果をあげるためには、競技特性に応じたより合理的なウォーミングアップとクーリングダウンを考え、取り組むことが望まれます。