

# 「長野県中学生期のスポーツ活動指針」に関わる取組状況について

スポーツ課

## 1 指針の普及等に関わる取組

- (1) 調査の実施…運動部活動の状況及び意識調査を実施し、指針を踏まえた取組状況を把握
- ①「運動部活動の運営の工夫・改善に関わる調査」(4月17日送付)
  - ②「運動部活動調査」(7月31日送付)、9月中にとりまとめ、以降、各学校に部活動支援を実施

### (2) 周知活動と情報発信

取組	内 容	時期等
説明会(出前講座)の開催 【8/19 現在:計 33 回、947 名】	市町村教委担当者会、中学校スポーツ活動運営委員会等へ出向き、指針の趣旨や内容について説明、周知を図る。	要請に応じて 随時
リーフレットの配布	保護者や指導者を対象に指針の概要版を配布する。	6/6 送付
ホームページ等の活用	運営や指導等の改善・工夫例の情報を発信する。	随時
メールマガジンの発行	トレーニング理論、スポーツ心理学、スポーツ栄養学等、中学生期のスポーツ活動において有益な情報を配信する。	6/26 創刊 隔月発行予定

## 2 適切で効果的な運営の推進に関わる取組

- (1) スポーツ活動運営委員会設立や運営への支援
- ・地域のスポーツ活動の拠点として期待される「スポーツ活動運営委員会」の設置・運営に関わる支援
  - ・地域や学校の実情に応じた運営事例等の事例研究
- (2) 指導者等の派遣
- ・運動部活動の充実を図るため、アスレティック・トレーナーや外部指導者等を派遣  
(7/28 小布施町幼保小中一貫教育委員会指導者研修会に関賢一アスレティック・トレーナーを派遣)

## 3 指導者の指導力と資質の向上に関わる取組

### (1) 指導者研修会の実施

- ① 運動部活動の運営と指導に関する情報交換会
- ・指針を踏まえた運営や指導等に関する情報交換を通し、自校の部活動の工夫・改善を図る。

期 日	対 象	会 場
5月8日(木)~16日(金)	公立中学校体育主任(全 187 校)	県内 5 会場

### ② 中学生期のコアトレーニング

- ・パフォーマンスの発揮とスポーツ傷害予防に有効なコアトレーニングの理論と実践の研修会

期 日	講 師	実 績
7月1日(火)	岩間英明(松本大学)、関 賢一(日体協公認アスレティックトレーナー)	中学校指導者 27 名参加

### ③ 運動部活動指導者研修会

期 日 ・ 講 師 ・ 内 容				
1 日目午前		1 日目午後	2 日目午前	2 日目午後
【体罰根絶のための講演会】		【実技指導研修】		
9月1日講師	筑波大学 准教授 山口 香	9月1~2日	ソフトテニス、陸上競技	
9月8日講師	静岡文化芸術大学 准教授 溝口 紀子	9月8~9日	サッカー、バドミントン	

### (2) 県中学校体育連盟との連携による調査・研究

- ① 運動部活動における運営・指導の工夫等の事例研究
- ② 各種目における適切で効果的な「指導マニュアル」の作成
- ・5月29日 県中体連会議(専門部長、正副委員長出席)にて、事業説明。
  - ・「運動部活動指導者養成事業(文部科学省委託事業:日本中体連主催)」に、指導者を派遣、指導法等を伝達。(H26 該当種目:柔道、バレーボール、バスケットボール、陸上競技)
  - ・各専門部競技力向上専門委員が指導実践例を企画し、各地区で実践と修正。
  - ・年度末に「指導マニュアル」を製本。中学校、市町村教育委員会、関係団体等に送付。

県教育委員会では、生涯にわたってスポーツに親しむ習慣を身につけ、体力・運動能力の向上を図る上で重要な中学生期のスポーツ活動が、適切かつ効果的に実施されるよう標記指針を策定いたしました。今後は、各中学校において、運動部活動の検討を行うとともに改善と更なる充実を図ります。

## Student First

スチューデント・ファースト（学習者本位）の精神に基づき、生徒の主体性を尊重した活動へ！！



### 【目指す姿】

- メリハリのある練習計画によるバランスのとれた学校生活
- 生涯にわたってスポーツに親しむ習慣の形成
- 運動好きな生徒の増加

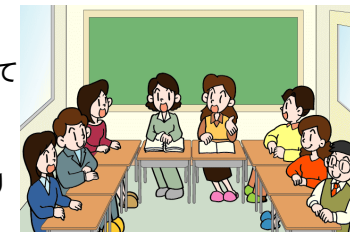
## スポーツ活動運営委員会

※学校によって名称は異なります

中学校の運動部活動充実のため、運営計画や課題について協議するとともに、地域のスポーツ活動との連携についても協議し、より良い中学生のスポーツ活動を推進する委員会です。

（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
- ・ 生徒の活動状況や、顧問の指導内容について
- ・ 外部指導者の活用や地域のスポーツ活動との連携について
- ・ 保護者や地域のスポーツ指導者が過度の負担とならない体制づくり



「地域」「学校」「家庭」が、ともに力を合わせて、運動部活動や地域のスポーツ活動を支援する組織づくりが大切です。

以下は、指針が示す活動基準です。学校や地域の実情に応じて、指針の趣旨を踏まえながら、生徒にとって適切で効果的な活動にしていくことが望まれます。

### 適切な活動基準

「平日1日、土日に1日の休養日」

「平日の総活動時間を2時間程度」を示す背景

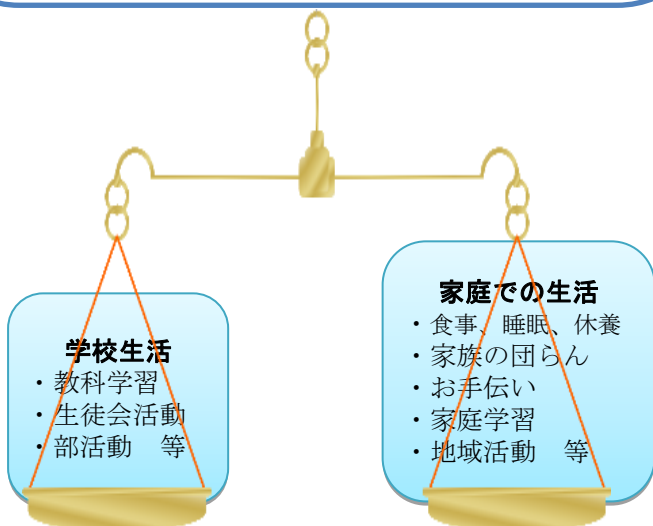
- ① 中学生としてバランスのとれた生活が大切
- ② 適切な休養日の設定は、トレーニング効果を高め、心身のリフレッシュにもつながる

### 「朝の運動部活動は、原則、行わない」と示す背景

- ① スポーツ傷害の危惧  
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
- ② 健康面への影響  
朝食から昼食までの間隔が空き過ぎる
- ③ 効果的な活動  
平日の総活動時間が2時間の場合、放課後の活動にまとめ、充実させることが、より効果的

### 「運動部活動の延長として行われている社会体育活動は、運動部活動に一本化」と示す背景

- ① 責任の所在が曖昧、責任能力が不十分
- ② 一部の過熱化が、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



県教育委員会では、生涯にわたってスポーツに親しむ習慣を身につけ、体力・運動能力の向上を図る上で重要な中学生期のスポーツ活動が、適切かつ効果的に実施されるよう標記指針を策定いたしました。

各中学校においては、本指針の趣旨と内容を理解するとともに、自校の「運動部活動」と「運動部活動の延長上にある社会体育活動」について、検討を行うとともに改善と更なる充実を図ることを求めます。

## 本県の中学生期における活動の現状や課題

- 運動部活動の加入率の低下
- 体力・運動能力、競技力における課題
- 責任の所在が曖昧で、一部の過熱化が生徒や家庭において過度な負担

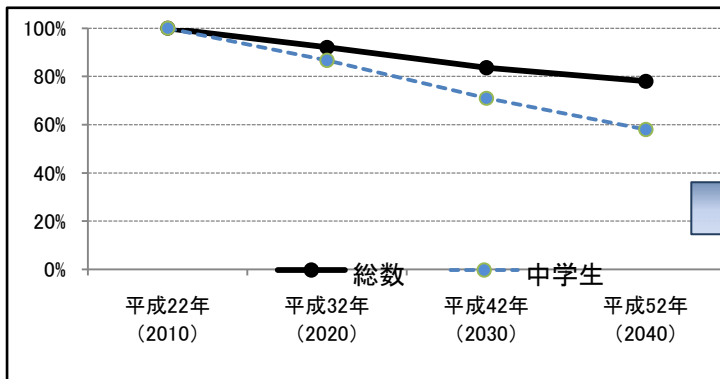
## 目指す姿

- メリハリのある練習計画によるバランスのとれた中学校生活
- 生涯にわたってスポーツに親しむ習慣の形成
- 運動好きな生徒の増加

## 少子・人口減少社会に対応したスポーツ活動

- 26年後、本県の中学生は6割弱

「国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口(平成25(2013)年3月推計)」をもとに義務教育課で試算



## 地域に根ざした「長野モデル」構築



## 長野モデルの理念

- スポーツの行い方や魅力を伝え、生涯にわたりスポーツに親しむ資質を育成
- 地域の異年齢の交流をとおした健全な子どもの育成
- 人間関係が希薄になりがちな社会において、地域コミュニティとして位置づける
- 教員の人事異動に頼らない一貫指導と育てられた子どもが地域の指導者となる循環サイクル

## スポーツ(・文化)活動運営委員会

- 活動目標や方針等を踏まえた部活動運営の検討
- 生徒の健康、顧問の指導、地域指導者の活用等を検討
- 地域で実施されている社会体育活動との連携を協議

## 我々、チームNAGANO 指導者の理念

- 生徒の未来を背負う責任を自覚
- 今の結果より、将来にわたりスポーツに親しむ資質の育成
- 多様なニーズに応じた運営と指導の工夫
- 生徒の主体性を尊重した活動の工夫
- 絶えず学び続ける姿勢、生徒と共に学ぶ指導者
- 個に応じた指導で、充実感や達成感を味わわせる指導
- 体罰やハラスメントの根絶、コミュニケーションによる指導

## 運動部活動における基本的なスタンス

