京都市立中学校
部活動ガイドライン

京都市立中学校部活動の在り方に関する検討委員会

目次

１　はじめに
（１）本ガイドラインについて １
（２）部活動の意義と位置づけ １

２　部活動の指導上の留意点
（１）指導体制の確立 ２
　ア　体制づくり
　イ　部活動運営の役割内容
　ウ　運営経費について
　エ　複数顧問体制の活用
　オ　部活動支援のための制度
（２）望ましい指導の在り方 ４
　ア　事故防止の徹底
　イ　計画的な活動スケジュールの設定
　ウ　自主的，自発的な部活動運営
　エ　好ましい人間関係の育成
　オ　体罰・ハラスメント等の禁止
　カ　科学的・合理的な練習方法の工夫
（３）その他の留意事項 ８
　ア　小中連携・中高連携の取組
　イ　校外活動
　ウ　競技団体等が主催する大会などへの参加

１　はじめに

（１）本ガイドラインについて

部活動は，スポーツや芸術文化，科学など，生徒が自分の興味や関心に応じて自主的，自発的に活動する中で，それぞれの個性や能力を伸長したり，社会性や人間性を育む様々な経験を積んだり，生涯の友人を得たりする教育活動の一つとして重要な役割を果たしています。運動部活動は，生徒がスポーツに親しむ最も身近な活動の一つとして，生徒の体力向上はもとより，各競技の技術向上にも大きく貢献してきました。また，文化部活動（運動部以外の部活動）は，生徒が生涯にわたって芸術文化等の活動に親しむ基礎を形成するものとして，生徒ニーズに応じた多様な分野で活動が実施されています。

しかし一方で，教育活動である部活動本来の姿を見失い，大会やコンクール等で勝つことのみを重視した偏った指導や運営は精神的・体力的な負担を伴うとともに，けがを引き起こすだけでなく，スポーツ障害やバーンアウト（燃え尽きて嫌になってしまうこと）など，生徒の将来にまで深刻な影響を与える可能性があることも認識しなければなりません。

本ガイドラインは，学校教育の一環として行われる部活動の意義や目的を改めて確認するとともに，生徒にとっても，指導者にとっても，より安全で充実した活動となるよう，その運営や指導の在り方について示すものです。

（２）部活動の意義と位置付け

学校教育の一環として行われる部活動には，単に技能の向上だけでなく，体力向上や健康増進，自主性・協調性・連帯感などの涵養，自己肯定感の高まりやキャリア・人間関係の形成など，生徒の生きる力の育成や豊かな学校生活の実現のために多様な意義や効果をもたらすことが期待されています。

また，教職員にとっても，生徒と活発なコミュニケーションを図り，学習では見られない生徒の長所や短所を発見したり，良好な人間関係を形成したりする場として有効に活用することができるなど，生徒理解を深めるうえで重要な役割を担っています。

【部活動の意義】

生涯にわたってスポーツ・芸術文化等に親しみ，明るく豊かな生活を送る

⇧

・達成感や満足感といった感動を集団で共有する場
・生涯の友を得る場

・スポーツの楽しさや喜びを実感　・健康の増進，体力の向上　・運動技能の向上
・健康，安全への理解とその確保　・責任感，連帯感の涵養　・規範意識の向上
・コミュニケーション能力の向上　・豊かな人間性の育成　・学習意欲の向上
・新しい文化の創造性の涵養　・表現や鑑賞力の向上　・伝統文化の継承
・探究心や知的好奇心の向上　・科学的知見の拡大　等

【部活動の位置付け】

⇧

部活動は生徒の自主的・自発的な参加により，学校教育の一環として行われるもの。

＊中学校　学習指導要領　総則＊

「生徒の自主的，自発的な参加により行われる部活動については，スポーツや文化及び科学等に親しませ，学習意欲の向上や責任感，連帯感の涵養等に資するものであり，学校教育の一環として，教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際，地域や学校の実態に応じ，地域の人々の協力，社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うようにすること。」

２　部活動の指導上の留意点

部活動は，学校教育の一環として行われるものであり，運営方針の決定や具体的な活動計画の作成，運営経費の会計管理等を，学校として組織的に行うことが重要です。

また，「好きな競技等の技能を向上したい」，「運動や芸術文化に親しみたい」，「仲間づくりをしたい」など，生徒が部活動に参加する目的や目標は様々です。中学生期は，心身の発育の程度に大きな差が見られる時期でもあります。

指導者は，安全で充実した活動となるよう，生徒の興味・関心，個性や能力をはじめ，発達段階や技能などを十分考慮したうえで指導にあたるとともに，事故防止を徹底しなければなりません。また，体罰や暴言等のハラスメントはいかなる場合でも許されるものではないことを深く自覚しなければなりません。

（１）指導体制の確立

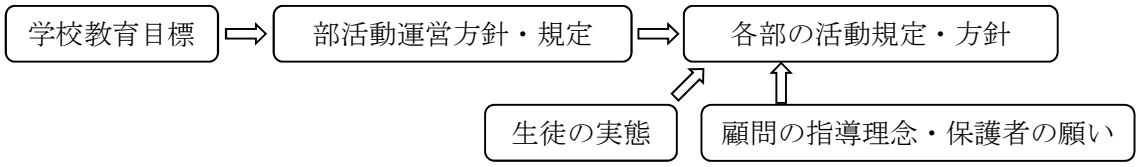
部活動は，学校教育の一環として教育課程との関連が図られるよう，学校全体で組織的に運営しましょう。

ア　体制づくり

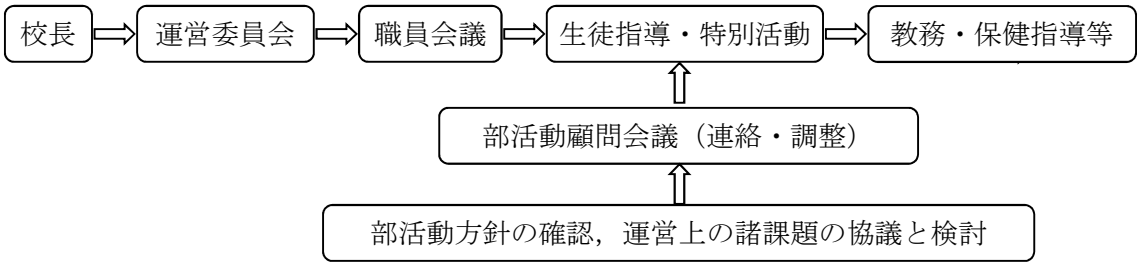
校長のリーダーシップのもと，学校教育目標に照らして各校の部活動運営方針を作成してホームページで公表するとともに，それに基づき，各部の活動規定や方針を作成します。また，部活動顧問会議や部活動主任を設けたりするなど，指導体制の組織化を図りましょう。

顧問一人に過重な負担が生じないようにするためにも，活動中の生徒の様子や顧問の指導のあり方を学校全体で共有することが重要です。またそうすることで，部活動運営の透明性が高まり，適切な部活動運営に繋がります。

【部活動運営方針等の位置づけ】



【運営組織・体制】（例示）



イ　部活動運営の役割内容

（例示）

［管理職］

- 部活動の位置付けの明確化
- 危機管理体制の確立
- 部活動運営方針の作成
- 部活動の編成
- 各部の運営の把握と管理
- 運営委員会，顧問会等の開催
- 大会，遠征，合宿等の掌握
- 引率等の服務監督
- 教員の服務管理
- 関係機関や地域団体等との連絡・調整

⇔

［顧問教職員］

- 指導計画の作成
- 実技指導，部会の開催
- 施設，用具の管理と指導
- 部予算の確保と管理
- 部員の事故防止と安全指導
- 部員の健康管理
- 広報活動（部活通信等）
- 保護者等との連携
- 大会の引率
- 顧問会議への出席

ウ　運営経費について

大会やコンクール等の参加費，交通費，ユニフォーム代や用具代など，部活動運営には様々な経費が必要ですが，家庭の負担ができるだけ少なくなるように留意するとともに，部費等の徴収や執行の計画についてあらかじめ保護者に説明し，理解を得ましょう。

（ア）校内体制

① 部費等の徴収や執行の計画について，事前に管理職に相談及び報告をすること。

② 現金出納簿などを作成するとともに，必ず複数名で会計管理を行うこと。また領収書などの証拠書類を適切に保管しておくこと。

③ 長期にわたって現金で管理することがないようにすること。

④ 管理職は，各部の会計について定期的に確認を行うこと。

（イ）保護者への説明責任

① 年度当初に年間を見通して必要な額を見込み，徴収額や使途を保護者に周知すること。

② 徴収額は必要最小限とすること。

③ 家庭への負担を考慮して計画的に徴収すること。

④ 必ず年度ごとに，保護者に対して会計報告を行うこと。

エ　複数顧問体制の活用

複数顧問体制は，顧問の負担を軽減することはもとより，生徒への指導の点からも有効です。例えば，生徒や保護者からの相談に対して複数で対応したり，万が一事故が発生した際に救急対応と連絡役等を分担したりすることができます。

オ　部活動支援のための制度

部活動は，同好の生徒の自主的，自発的な参加により行われるものであり，いずれの生徒も希望する種目や分野等を自由に選択し，専門性の高い技術指導を受けることができるような環境を整備することが望まれます。生徒数や施設，指導者などの諸条件により，やむを得ず，自校だけで十分な環境を整えることができない場合は，外部から指導者を招聘したり，近隣の学校と連携するなどして，可能な限り生徒の多様な活動欲求に応えることが重要です。

（ア）外部コーチ

専門的な技術を指導できる顧問を確保することが困難な場合や，他の校務により顧問が十分に指導できない場合，施設や部員数の都合で複数の指導者が必要な場合など，生徒が安全で充実した指導を受けることができるよう，また教員の負担軽減のためにも，必要に応じて「外部コーチ派遣事業」（運動部）や「技術指導者派遣事業」（文化部）を活用しましょう。その際，顧問は日常的に外部コーチ等と連携し，安全管理等が外部コーチ任せにならないよう留意しましょう。

（イ）合同部活動，ブロック内選択制部活動

部員数の減少で試合形式の練習が行えないなどの事情がある場合や，自校にない種目や分野等を希望する生徒がいる場合は，「合同部活動」制度や「ブロック内選択制部活動」制度を有効に活用し，生徒の活動の充実を図りましょう。

（ウ）部活動指導員

生徒が専門的な技術指導を受けられると同時に，教員の負担軽減を図ることができるよう，顧問に替わって指導や引率をすることができる「部活動指導員」を積極的に活用しましょう。

（２）望ましい指導の在り方

ア　事故防止の徹底

部活動は常にけがや事故等の危険と隣り合わせにあるため，生徒の安全を第一に考え，活動中はもちろん，用具の準備や準備運動などの事前の準備段階から事故防止と事故発生時を想定した対応まで，万全の体制づくりが必要です。

（ア）安全指導の充実

① 生徒自身が，教科等の授業で習得した安全に関する知識や技能を活用・発展させ，積極的に自分自身や他人の安全を確保することができるよう指導すること。

② 施設・用具の正しい使用方法を指導すること。また，使用前の安全確認の習慣化や，準備・片付け及び移動時の安全指導なども十分に行うこと。

（イ）安全管理の徹底

① 個々の生徒の基礎疾患，既往歴，運動制限など，配慮すべき事項を把握しておくこと。心疾患，腎疾患については，学校生活管理指導表の指導区分を確認しておくこと。

② 生徒の体力や技能レベルを考慮した指導の計画を立てること。

③ 生徒は発達途上にあり，自分の限界や心身の不調をうまく訴えることができなかったり，不調を隠したりする場合があることを前提に，生徒の体調をしっかり観察すること。

④ やむを得ず顧問が活動に立ち会えない場合は，他の顧問と連携・協力したり，安全に十分留意した内容や方法をあらかじめ生徒に理解させたうえで活動させること。その際，任せきりにはせず，聴き取りや部活動日誌などにより必ず活動内容を把握すること。

⑤ 施設・設備・用具などは常に整理整頓して安全に配置・設置するとともに，定期的な安全確認を行うこと。

⑥ 防球ネットなどを活用し，人数や練習内容に応じて安全に活動できる場を確保すること。

⑦ 熱中症対策のための気温・湿度等の把握はもとより，暴風や雷，ゲリラ豪雨，光化学スモッグなどの気象情報を事前に収集し，危険が予測される場合は活動を中止するなど，必要な措置を講じること。

（ウ）事故等への適切な対応

① 万が一，事故が発生した場合には，生徒の安全確保や応急手当などの適切な対応を行うこと。また，「学校安全の手引（平成２６年４月　京都市教育委員会，京都市中学校教育研究会安全教育部会）」に基づき，学校全体の救急及び緊急連絡体制を確立して全教職員で共有すること。なお，事故により救急搬送した場合や，頭部や腹部を強打した場合は，速やかに運動部は体育健康教育室（学校安全担当），文化部は学校指導課（中学校教育担当）にその旨を報告すること。

② 管理職が不在の場合や，学校外での活動時に事故が発生した場合においても，学校が組織的に対応できるよう，事故発生時の指揮命令者を明確にし，教職員体制が通常と異なる場合の役割分担や連絡体制を定めておくこと。

③ 応急手当や救命措置についての校内研修を毎年定期的に行うなど，全教職員が心肺蘇生法の正しい手順，ＡＥＤの設置場所と使用方法を理解しておくこと。

④ 常に生徒の健康状態を観察し，水分補給や休息をこまめに行い，熱中症予防を徹底すること。湿度が高い日や温度変化の大きな時期，暑さに慣れていない時期などには，特に注意すること。

⑤ 脳震盪を受傷した恐れがある場合，直ちに活動から離れ，脳神経外科等の専門医の診断を受けさせること。脳震盪は，意識消失以外にも，記憶障害，眠気，錯乱，多弁，集中力の低下，

だるさ，めまい，頭痛，バランス障害，光や音など刺激に対する過敏化または鈍化など，様々な症状があることを理解すること。なお，脳に同じような衝撃を二度受けた場合，一度目が軽微なものであっても，二度目の症状が重篤になることがあるため（セカンドインパクト症候群），活動に復帰させる際には専門医の判断を仰ぐこと。

⑥　食物アレルギー等がある生徒への対応はもとより，食物アレルギー等の有無に関わらず運動をすることで激しいアレルギー反応を発症することもあるため（運動誘発アナフィラキシー），迅速に対応できるよう，指導者はエピペンの使用や救急車の要請など，応急処置について理解しておくこと。（特に血圧低下や意識の低下，脱力を来すような場合を「アナフィラキシーショック」と呼び，直ちに対応しないと生命にかかわる重篤な状態となる。）

＊スポーツ振興センター災害共済給付制度＊

学校管理下の活動において生じた生徒の傷病に関する医療費については，独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付の制度が適用されるため，管理職及び校内の担当者（養護教員など）と連携しながら，保護者への説明や手続きを行うこと。

※　大会や練習試合については，学校長が事前に参加を許可し，校外活動届が提出されているなど，あらかじめ自校の教育活動の一環として計画して参加するもので，教職員による適切な引率，指導が行われている活動が対象となること。

※　学校の教育活動として認められない活動は給付対象とならない。

（例：競技団体による選抜チームの活動，社会体育として位置付けられるクラブチームの活動，学校長の承認がない個人的な活動，教職員の引率や指導がない活動　　等）

イ　計画的な活動スケジュールの設定

生徒が部活動に活発に取り組む一方で，学習や家庭での生活時間，地域活動等，多様なものにも目を向け，バランスのとれた充実した学校生活を送ることができるよう，また，教育課程実施上の影響も踏まえ，生徒の生活時間全体を考慮した活動スケジュールを設定しましょう。さらに，スポーツ障害の防止や心身の疲労回復のためにも，積極的に休養日を設けましょう。

一方，指導者にとっても，連日，長時間に及ぶ活動は，授業準備や教材研究，学年の打ち合わせなどの日々の業務に支障をきたしたり，時間外勤務の常態化により心身の疲労を招いたりするなどの望ましくない影響が生じることが考えられます。指導者が意欲を持って取り組むためにも，適切な活動日や活動時間を設定することが重要です。

（ア）生徒の実態を踏まえた計画の工夫

①　顧問は，一年を試合（大会やコンクールを含む）期，充実期，休息期に分けて活動内容にメリハリをつけるなど，一年間を見通した計画や各月ごとの計画を作成し，管理職に提出するとともに，保護者に対しても十分周知すること。

②　学期中は，週当たり２日以上の休養日を設ける。（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。）

※大会参加とは，運動部活動においては，中学校体育連盟または各競技団体が主催する大会，文化部活動においては，吹奏楽連盟及び合唱連盟または各団体等が主催するコンクールや地域の行事・催しに限る。

③　始業前の朝の時間帯に練習や活動を行う場合は，疲れにより授業に影響がでることのないよう注意するとともに，生徒の安全や健康，教員の負担等についても十分配慮すること。なお，休養日には朝の練習や活動も行わないこと。

④　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と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。なお，８月中旬や年末年始の学校閉鎖期間中には活動しないこと。

⑤　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。(P9 参照)

（イ）部活動と学習等の両立

①　生徒が「部活動漬け」にならず，学習時間や，家庭や地域で様々なことを経験する時間を確保できるよう，生活時間全体を見通した計画を立てること。

②　部活動を通じて，下校指導や学習計画作成への助言など，生徒の生活面や学習面への指導についても効果的に行うこと。

ウ　自主的，自発的な部活動運営

生徒が自主性や主体性を発揮できるよう，指導者は，活動目標や方針，練習のねらいや内容，方法などを生徒にしっかりと理解させる必要があります。部活動を通じて生徒が自分の目標や課題，役割などを自ら設定し，達成や解決に向けた必要な取組を考え，実践する力を育むことが重要です。

（ア）生徒が楽しく継続して活動できる指導

①　勝つことのみを意識した指導者本位の活動になってはいけないこと。

②　生徒がスポーツや芸術文化等の楽しさや喜びを味わうことで，生涯にわたってスポーツや芸術文化等に親しむ基礎を育むことを目指した指導を行うこと。

③　生徒の技能やニーズに応じて活動内容や練習場所などを工夫し，楽しく活動できる雰囲気づくりに努めること。

④　顧問が一方的な運営を行うのではなく，生徒とコミュニケーションを図りながらニーズや意見を把握し，生徒自身が，計画，実践，評価，改善に主体的に関与できるようにすること。

（イ）リーダーの育成

①　生徒の主体性や責任感などを育み，やりがいを持って活動することができるよう，一人一役を任せるなど，部内での役割分担にも配慮すること。

②　多様な学年や学級の生徒が参加する部活動の特性を生かし，部員をまとめたり，部長会議など部の代表として参加する活動を通して，生徒にリーダーとしての資質を育むこと。

エ　好ましい人間関係の育成

指導者と生徒が日頃から活発にコミュニケーションを図り，両者の信頼関係を築くことが，部活動運営の前提となります。生徒は，ときに他のどの教職員よりも部活動の顧問に強い信頼を寄せることもあります。部活動指導を通じて，生徒と「心の交流」を図るよう心がけましょう。

（ア）生徒と顧問との信頼関係の確立

①　顧問は，ミーティングや部活動日誌などを通して，常に生徒の状態を把握すること。

②　生徒との信頼関係があるからと言って，体罰や暴言は決して許されるものではないこと。

③　学校外の生徒に連絡をとる際は，原則として学校の電話を使用し保護者を通して行うこと。携帯電話等の番号やメールアドレス等を生徒に教えたり，生徒から取得したりしないこと。

※「教職員と児童生徒間の携帯電話等の使用について」（平成２８年３月１１日　Ｙ９０２Ａ１９）参照

（イ）生徒を取り巻く環境とのかかわり

①　顧問は，生徒の様子について担任や学年主任などと常に情報共有し，互いに連携すること。

② 年間計画や活動方針について年度当初などに保護者に説明する機会を設け，理解を得ること。

（ウ）生徒同士の良好な人間関係の形成

① 活動を通して，生徒同士が互いに競い，励まし，協力する中で友情を深め，豊かな人間関係を築いていくことができるように留意すること。

② 学級や学年を超えた交流の機会として，学級内とは異なる人間関係の形成にも努めること。

オ 体罰・ハラスメント等の禁止

体罰や暴言等のハラスメントは，生徒の人権を侵害する不当な行為であり，いかなる場合も許されるものではありません。これらは心身への「暴力」であり，「熱心な指導のあらわれ」や「強い指導の一環」などという，誤った認識は厳に改めなければなりません。

（ア）体罰・ハラスメント等の禁止

① いかなる理由があっても，体罰や暴言は許されないこと。

② 生徒との信頼関係や保護者の容認があるからと言って正当化されるものではないこと。

③ 被害を受けた生徒はもとより，その場に居合わせた生徒の後々の人生にまで，身体的，精神的な悪影響を及ぼす可能性があることを理解すること。

（イ）体罰・ハラスメント等の許されない指導と考えられるものの例

※「運動部活動での指導のガイドライン」より（H25.5.27 文部科学省 運動部活動の在り方に関する調査研究協力者会議）

① 殴る，蹴る等。
② 社会通念，医・科学に基づいた健康管理，安全確保の点から認め難い又は限度を超えたような肉体的，精神的負荷を課す。
（例） ・長時間にわたっての無意味な正座・直立等特定の姿勢の保持や反復行為をさせる。
・熱中症の発症が予見され得る状況下で水を飲ませずに長時間ランニングをさせる。
・相手の生徒が受け身をできないように投げたり，まいったと意思表示しているにも関わらず攻撃を続ける。
・防具で守られていない身体の特定の部位を打突することを繰り返す。
③ パワーハラスメントと判断される言葉や態度による脅し，威圧・威嚇的発言や行為，嫌がらせ等を行う。
④ セクシャルハラスメントと判断される発言や行為を行う。
⑤ 身体や容姿に係ること、人格否定的（人格等を侮辱したり否定したりするような）な発言を行う。
⑥ 特定の生徒に対して独善的に執拗かつ過度に肉体的、精神的負荷を与える。

カ 科学的・合理的な練習方法の工夫

教科指導において，授業の質を高めるために常に最新の知見や指導法を習得することが求められるように，部活動指導においても，指導者自身の経験のみに基づく指導を行うのではなく，絶えず新しい知識や技術，指導方法などの情報を積極的に収集し，習得する必要があります。

トレーニング効果を高めたり，スポーツ障害等を防止したりするためにも，スポーツ医・科学研究の成果はもとより，競技・分野等の特性を踏まえた合理的でかつ効率的・効果的なトレーニングを積極的に導入等するなどにより，休養日や休憩時間を適切に設け，短時間で効果が得られるようにしましょう。

（ア）中学生期のトレーニング

① 中学生期は心身の発達途上にあることや，発達には個人差があることを理解すること。

② 生徒の体力や技術の程度にそぐわないような課題を与えたり，結果を求めたりすると，やる気を失ったり，重大なけがにつながったりすることを理解すること。

③ 特に成長期の女子に過剰なトレーニングを行うと，無月経を引き起こし，女性ホルモンの分泌が低下して骨の形成が妨げられるなど，心身に深刻な影響を与えることを理解すること。

（イ）専門的知識及びコーチング技術

① 質問や提案によって生徒の発言を促し，生徒が自発的に考え，行動するように導く手法（コーチング）を積極的に取り入れること。

② 生徒の話を積極的に傾聴し，取組の「成果」はもちろん，「過程」についても十分に誉めることで，生徒の能動性や潜在能力を引き出すような指導を行うこと。

③ 指導方法だけでなく，部活動の運営（マネジメント）についての専門的な知識や技術の習得にも努めること。

（ウ）医・科学に関する知識

① 効率的にトレーニング効果を得るためには，疲労を回復する期間が必要であることから，生徒のバランスの取れた健全な成長の確保の観点からも，「休養は練習の一部」という認識を持って練習計画を立てること。

② 「ジャンパーズ膝」，「足関節捻挫」，「腰椎分離症」，「野球肘」など，中学生期に起こりやすいスポーツ傷害について，発症しやすい種目や症状，原因，予防策を理解しておくこと。

③ その他，常に新しい医・科学的な知識を得るように努めること。

（エ）持続可能な活動の確立

① 過度の練習や活動は，生徒の心身に負担を与え，部活動以外の様々な活動に参加する機会を奪うことなどを正しく理解しておくこと。

② 生徒のスポーツや芸術文化等の能力向上や，生涯を通じてスポーツや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に努めること。

（３）その他の留意事項

ア 小中連携・中高連携の取組

小中連携や中高連携の取組の一環として小学生や高校生と一緒に活動する際には，安全で効果的な活動とするため，年齢や体格差などに配慮して行いましょう。

① 教育活動の連続性を高める取組としてのねらいを明確にすること。

② 小学生や高校生と一律に同じ練習や活動を行うのではなく，体格や体力の差など，発達段階に配慮した内容とすること。

③ 双方の顧問の立ち会いが必要であること。（施設一体型，施設併用型の一貫校などで，指導にあたる教職員が兼務となっている場合を除く）

④ 小学生の活動については，別に定める「京都市立小学校運動部活動等ガイドライン」（京都市教育委員会・京都市小学校長会・京都市小学校体育研究会・京都市小学校スポーツ連盟作成）の内容に則した活動日，活動時間とすること。

⑤ 学校として計画された教育活動の一環として実施すること。（学校長の許可なく顧問が個人的な繋がりで交流する場合や，教職員による引率がない自由参加の体験会として活動する場合などは，部活動として認められない。）

イ 校外活動

練習試合，大会参加や地域の行事・催しでの演奏など，校外で活動する場合は，実施日や場所，引率方法などについて，事前に学校長の承認を得る必要があります。

① 顧問は，実施日や場所，時間，引率方法などについて，事前に学校長の承認を得ること。

② 学校長は，教育委員会に対して「校外活動届」を提出すること。（京都市教育委員会主催の大会や校区内での活動などを除く）

③ 移動は，徒歩または公共交通機関，貸切バスなどを利用すること。自家用車やレンタルしたマイクロバス等，教職員や保護者が運転する車で生徒を移動させてはならないこと。

④　休日の活動や合宿などの予定については，可能な限り早く保護者に周知すること。

ウ　競技団体等が主催する大会などへの参加

運動部活動においては，中学校体育連盟が主催する春季，選手権，秋季の三大会以外の競技団体が主催する各種大会や競技会，文化部活動においては，吹奏楽連盟及び合唱連盟が主催する大会やコンクール以外の各団体が主催する演奏会や地域の行事・催しなどへの参加については，定期テストなどの学校行事の日程を考慮するとともに，生徒や家庭に過度な負担をかけることが無いよう，その必要性を十分に精査しましょう。

参考

スポーツ庁「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（H30.3）

※一部抜粋

ア　運動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、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、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も踏まえ、以下を基準とする。

○　学期中は、週当たり２日以上の休養日を設ける。（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、運動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。

文化庁「文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（H30.12）

※一部抜粋

ア　文化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日以上の休養日を設ける。（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、文化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。

平成３１年２月

京都市立中学校部活動の在り方に関する検討委員会

京 都 市 教 育 委 員 会
京都市立中学校長会
京都市中学校体育連盟