

目 次



第1章 運動部活動の意義と今後の在り方

1 運動部活動の意義	1
2 運動部活動の課題	3
3 これからの運動部活動	5



第2章 運動部活動の顧問の姿勢

1 運動部活動における顧問の姿勢	8
2 運動部活動を指導する魅力	8
顧問としてのあるべき姿 8つのポイント	
3 運動部活動の顧問へのお願い	10
できることからはじめてみる 8つのポイント	
好ましくない指導 8つのポイント	
4 先輩教員へのお願い	11
先輩教員に学ぶ1 平成21年度松山北高等学校 平岡 長治先生	12
先輩教員に学ぶ2 平成20年度今治市立亀岡小学校 佐々木 直先生	13
先輩教員に学ぶ3 平成21年度松山市立北中学校 原田 秀樹先生	22



第3章 運動部活動の顧問の役割と充実した指導を行うために

1 顧問の役割	23
2 指導方法や練習内容の充実のための工夫	42
3 部活動を通じた生活指導	53
4 対外的な活動のための留意事項	61



第4章 みんなで支える開かれた運動部活動

1 みんなで支える開かれた運動部活動とは	68
2 外部指導者の活用について	68
先輩教員に学ぶ4 平成21年度松山市立北中学校 原田 秀樹先生	70
3 保護者との連携	84
4 誰でも入・退部できる	86



第5章 安全管理・安全指導・事故防止

1 運動部活動における安全管理と事故防止	93
2 熱中症の予防	99
3 応急手当	104
(1) 救命処置の流れ（心肺蘇生法とAEDの使用）	
(2) 救命処置の手順（心肺蘇生とAEDの使用手順）	
【参考】こんな場合は？	
4 局地的荒天を対象とした防災気象情報の利用	114
5 事故事例から学ぶ	116
損害賠償責任の解説	
事案1～事案5	



第6章 不祥事を防止するために

1 許されない指導	124
校内体制の再確認	

2	運動部活動の顧問による体罰の防止	1 2 5
3	運動部活動の顧問による体罰の事例から学ぶ 部活動中の体罰の事例の問題点 体罰について訴訟となった事案	1 2 6
4	運動部活動の顧問によるセクシュアル・ハラスメントの防止 【スクール・セクシュアル・ハラスメント一問一答】	1 2 9
5	適切な会計処理のための留意事項	1 3 2
	不祥事防止のためのチェックリスト	1 3 3
	★コラム：シンクロナイズドスイミング日本代表コーチ 井村雅代さん	



改訂版 追加参考資料

1	スポーツ栄養 松山大学女子駅伝部を支える栄養	1 4 1
2	オリンピックムーブメントとドーピング ジャック・ロゲ 第8代I O C会長のメッセージ TOPICS「金メダルよりも重要なものがある」 —室伏広治選手の金メダル	1 4 6
3	部活動の思い出 「顔晴る」を心に 目指せオリンピック 自分たちの目標「全国制覇」 インターハイの優勝を目指して 3年間で学んだこと 敗戦から学んだこと	1 4 8

参考・引用文献

「質問」&「ヒント」

第2章 運動部活動の顧問の姿勢

3 運動部活動の顧問へのお願い

【質問 1】	運動部の顧問としてどのような指導理念をもてばよいですか？ また具体的にはどのようなことが挙げられますか？	1 4
【質問 2】	具体的な指導方針としてどのようなことが挙げられますか？	1 8
【質問 3】	運動部の顧問としてどのようなことに留意して指導すればよいですか？	2 1

第3章 運動部活動の顧問の役割と充実した指導を行うために

1 顧問の役割

【質問 4】	運動部を指導する場合、どのような流れで活動を組み立てたらよいですか？	2 5
【質問 5】	運動部の顧問が年度初めにしておくことは何ですか？	2 6
【質問 6】	活動目標を作成する際には、どのようなことに留意する必要がありますか？	2 7

【質問 7】	何のために部活動をするのか、何を指すのかなど、生徒に部活動の目的を理解させ、徹底させるにはどうすればよいですか？……	2 7
【質問 8】	年間活動計画を作成する際のポイントとして、どのようなことに留意する必要がありますか？……	3 2
【質問 9】	一定期間、1ヶ月、1週間の活動計画を作成する際のポイントとして、どのようなことに留意する必要がありますか？……	3 3
【質問 10】	部活動日誌の必要性和種類にはどのようなものがありますか？ また、どのようなことを記録できるように作ればよいですか？……	3 8
【質問 11】	運動部の顧問を初めて担当した場合、どのような情報を収集したらよいですか？……	4 1

2 指導方法や練習内容の充実のための工夫

【質問 12】	部員の「やる気」を引き出すためには、どのような方法がありますか？……	4 2
【質問 13】	技術を向上させるためにはどのようにしたらよいですか？……	4 3
【質問 14】	部員に継続的な練習の必要性を理解させるには、どのような手立てがありますか？……	4 4
【質問 15】	1年間にわたる運動部活動において、それぞれの時期に適切な指導をするためには、どのようなことに留意して指導をすればよいですか？……	4 5
【質問 16】	新入生（初心者）の年度当初の練習では、どのようなことに配慮すべきですか？……	4 8
【質問 17】	部員の体力や技能に差があるとき、どのようなことに配慮したらよいですか？……	4 9
【質問 18】	運動部活動の技術指導で行き詰まったとき、どのように解決したらよいですか？……	4 9
【質問 19】	朝の練習はどのようなことに配慮して実施すればよいですか？……	5 0
【質問 20】	専門的な知識や技能がない場合の指導は、どのようにしたらよいですか？……	5 2

3 部活動を通じた生活指導

【質問 21】	部活動において、部員の基本的な生活習慣を確立させるためには、どのようなことに留意したらよいですか？……	5 3
【質問 22】	部員同士の望ましい人間関係を確立していくためには、どのようなことに配慮したらよいですか？……	5 6

【質問23】 練習を休みがちな部員や退部を考えている部員への指導は、どのよう
にしたらよいですか？…………… 57

【質問24】 部活動と家庭学習とのかかわりをどのように調整し、保護者の理解
を得るにはどうしたらよいですか？…………… 58

4 対外的な活動のための留意事項

【質問25】 練習試合をする場合の配慮事項はどのようなことがありますか？… 61

【質問26】 合宿の計画、実施とその指導は、どのようにしたらよいですか？… 62

【質問27】 他校に運動部活動の指導や引率を依頼するにはどのようにすればよ
いですか？…………… 63

【質問28】 高等学校の入学前に中学校の卒業生が出身中学校や入学予定の高等
学校の運動部の練習に参加するにはどのようなことに留意し、手続
をすればよいですか？…………… 65

【質問29】 学校に希望する運動部が設置されていないが、生徒が得意な競技で
中学校体育連盟・高等学校体育連盟主催大会に学校管理下で参加さ
せるにはどのようにすればよいですか？…………… 67

第4章 みんなで支える開かれた運動部活動

2 外部指導者の活用について

【質問30】 地域の外部指導者を活用することにより、どのようなメリットがあ
りますか？…………… 69

【質問31】 運動部の外部指導者には、どのような資質が必要ですか？………… 71

【質問32】 外部指導者を、どのように探し出せばよいですか？…………… 71

【質問33】 学校で外部指導者を活用する前に、どのようなことを話し合い、確
認しておくといよいですか？…………… 73

【質問34】 外部指導者を活用するときの手順はどのようにすればよいですか？ 77

【質問35】 外部指導者の活用が決定した後、外部指導者とは具体的にどのよう
に意思疎通を図ればよいですか？…………… 79

【質問36】 指導するに当たり、顧問と外部指導者はどのように役割分担をすれ
ばよいですか？…………… 81

【質問37】 顧問と外部指導者との関係において、どのようなことが問題にな
ると考えられますか？
また、どのようにすれば問題の発生を防止できますか？…………… 83

3 保護者との連携

- 【質問38】 運動部活動を保護者に十分理解してもらうためには、どのようなことに留意する必要がありますか？…………… 84
- 【質問39】 顧問・部員・保護者が信頼関係を確立するための具体的な方法としてどのようなことがありますか。…………… 85

第5章 安全管理・安全指導・事故防止

1 運動部活動における安全管理と事故防止

- 【質問40】 日頃から運動部活動における事故を未然に防ぐためには、どのようなことに配慮しておく必要がありますか？…………… 93
- 【質問41】 職員会議・出張等で直接指導ができない場合、特に事故防止にはどのようなことに配慮したらよいですか？…………… 95
- 【質問42】 事故が発生したときに迅速に対応するには、日頃からどのようなことをしておく必要がありますか？…………… 96
緊急時の対応マニュアル例

2 熱中症の予防

- 【質問43】 熱中症を予防するためには、どのようなことに留意する必要がありますか？…………… 100
- 【質問44】 生徒が熱中症で体調不良になった場合は、どのような応急手当をすればよいですか？…………… 102

4 局地的荒天を対象とした防災気象情報の利用

- 【質問45】 活動予定日時に荒天が予想される場合、気象情報の種類はどのようなものがありますか？…………… 114
- 【質問46】 防災気象情報において、屋外で行動する場合を例にすると、局地的大雨の可能性に対してそれぞれの段階で確認すべきことはどのようなことがありますか？…………… 115

第6章 不祥事を防止するために

2 運動部活動の顧問による体罰の防止

- 【質問47】 運動部活動で体罰を防止するためにどのようなことに留意したらよいですか？…………… 125

4 運動部活動の顧問によるセクシュアル・ハラスメントの防止

- 【質問48】 運動部活動において、セクシュアル・ハラスメントを防止するためにどのようなことに留意したらよいですか？…………… 129

5 適切な会計処理のための留意事項

- 【質問49】 運動部活動に必要な経費を徴収するとき、どんなことについて留意すればよいですか？…………… 132

【生徒の思い出】・【実践事例】・【参考資料】掲載ページ

【生徒の思い出】

○3年生最後の夏	平成22年度	重信中学校3年	野中友貴	P. 7
○サッカー部の活動を振り返って	平成14年度	拓南中学校3年	白石拓巳	P. 14
○勝利の感動	平成20年度	県中学総体優勝当時主将	今治南中学校 渡辺真子	P. 16
○サッカー部の活動を振り返って	平成14年度	拓南中学校3年	上田祐也	P. 26
○感謝 ～城中剣道部の一員として～	平成22年度	城中中学校	松田華苗	P. 37
○新人戦優勝	平成20年度	東温高校2年	吉井るりこ	P. 41
○サッカー部の活動を振り返って	平成14年度	拓南中学校3年	菊池旭紘	P. 52
○三度の飯よりソフトテニス!! (平成17年度県中体連誌)	平成17年度	西条南中学校	日野孔太	P. 60
○インターハイ	平成21年度	東温高校3年	豊竹祥太	P. 67
○FIGHTING CHANCE	平成13年度	三瓶高校3年	西村知晃	P. 86
○インターハイ入賞への道	平成15年度	三瓶高校3年	山下郁代	P. 92
○九年の伝統を引き継いで	平成22年度	大生院中学校バドミントン部	平成22年度提供	P. 122
○勝利の喜び	平成22年度	一本松中学校3年	岩村泰成	P. 138

【実践事例】

○指導者としての指導理念、指導の心得の紹介	平成22年度	八幡浜高校陸上競技部顧問	倉田 茂	P. 15
○2010伊予市立港南中学校野球部指導計画	平成22年度	港南中学校野球部顧問	松浦裕司	P. 17
○自分を知る・相手を知る	平成15年度	拓南中学校サッカー部顧問	村上 典	P. 19
○指導者としての心得	平成22年度	新田高校柔道部顧問	浅見三喜夫	P. 21
○明日のために	平成22年度	今治南中学校バレーボール部顧問	青井久美子	P. 28
○港南中学校野球部心得	平成22年度	港南中学校野球部顧問	松浦裕司	P. 30
○基本方針(柔道修業目的)	平成22年度	新田高校柔道部顧問	浅見三喜夫	P. 31
○短距離練習メニューほか	平成20年度	北郷中学校陸上競技部顧問	矢野弘之	P. 34
○中予総体優勝へのプロセス	平成19年度	松山南高校バレーボール部顧問	辻岡英幸	P. 35
○2009年今治北高校ボート部年間計画	平成21年度	今治北高校ボート部顧問	竹内 忍	P. 36
○卓球ノートの取り方	平成22年度	中萩中学校卓球部顧問	佐々木 洋	P. 39
○過渡期の過ごし方について	平成22年度	今治北高校陸上競技部顧問	竹本英利	P. 46
○ジュニア期の筋力トレーニングの実施方法	平成22年度	今治明德高校陸上競技部顧問	濱元一馬	P. 47
○新入部員へのアドバイス	平成22年度	今治北高校陸上競技部顧問	竹本英利	P. 48
○朝練習について	平成22年度	三瓶高校陸上競技部顧問当時	倉田 茂	P. 51
○部活動心得	平成22年度	八幡浜高校陸上競技部顧問	倉田 茂	P. 55
○今こそ朝トレの頑張りを発揮しよう!!	平成21年度	新居浜北中学校駅伝部	井上 博、矢野有香	P. 59
○競技について専門的な知識がない顧問が外部指導者の方とともに生徒を成長させるためにできること	平成22年度	三島東中学校卓球部顧問	河上 歩	P. 80
○夏の疲労を取るために	平成22年度	今治北高校陸上競技部顧問	竹本英利	P. 103
○成長期の身体とスポーツ障害	平成15年度	拓南中学校サッカー部顧問	村上 典	P. 120
○一球入魂	平成22年度	重信中学校ソフトボール部顧問	松田大輔	P. 123

【参考資料】

○中学校、高等学校、特別支援学校 学習指導要領の総則(抜粋)	文部科学省	P. 2
○運動部における休養日等の設定例	平成9年12月 文部科学省	P. 33
○スポーツ立国戦略(抜粋)	平成22年8月 文部科学省	P. 69
○えひめマナビイ人材データベースの検索手順		P. 72
○運動部活動の外部指導者活用指針		P. 76
○愛媛県県立学校運動部員健康管理要領(昭和50年3月教育委員会訓令第1号)		P. 96
○学校教育法第11条(体罰に関する内容)		P. 125
○長野県高等学校体育連盟 「運動部活動の顧問として」平成18年4月		P. 130
スクール・セクシュアル・ハラスメント一問一答より		P. 130

【注】今治市立南中学校は今治南中学校、新居浜市立北中学校は新居浜北中学校と表記しています。