

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	71
3 保護者との連携	83
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	95
2 熱中症の予防	101
3 応急手当	106
(1) 救命処置の流れ(心肺蘇生法とAEDの使用)	
(2) 心肺蘇生法	
(3) AEDの使用手順	
4 局地的荒天を対象とした防災気象情報の利用	111

5	事故事例から学ぶ	113
	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	120
	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	121
3	運動部活動の顧問による体罰の事例から学ぶ	122
	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例	
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	124
	【スクール・セクシュアル・ハラスメント一問一答】	
5	適切な会計処理のための留意事項	127

	不祥事防止のためのチェックリスト	128
--	------------------	-----

参考・引用文献

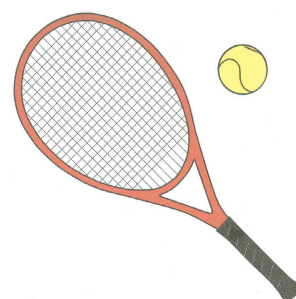
「質問」と「ヒント」

【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？	14
【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？	18
【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？	21
【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？	25
【質問 5】	運動部の顧問が年度始めにしておくことは何ですか？	26
【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？	27
【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？	27
【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？	32

- 【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と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
- 【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
- 【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？ …………… 5 7

- 【質問 2 4】 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？ …………… 5 8
- 【質問 2 5】 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？ …………… 6 1
- 【質問 2 6】 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？ …………… 6 2
- 【質問 2 7】 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？ …………… 6 3
- 【質問 2 8】 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？ …………… 6 5
- 【質問 2 9】 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？ …………… 6 7
- 【質問 3 0】 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？ …………… 6 9
- 【質問 3 1】 学校の運動部の外部指導者には、どのような資質が必要ですか？ …………… 7 2
- 【質問 3 2】 外部指導者候補を、どのように探し出せばよいですか？ …………… 7 2
- 【質問 3 3】 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？ …………… 7 4
- 【質問 3 4】 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？ …………… 7 6
- 【質問 3 5】 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？ …………… 7 8
- 【質問 3 6】 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？ …………… 8 0
- 【質問 3 7】 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？ …………… 8 2
- 【質問 3 8】 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？ …………… 8 3

- 【質問 3 9】 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。 …………… 8 4
- 【質問 4 0】 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？ …………… 9 5
- 【質問 4 1】 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？ …………… 9 7
- 【質問 4 2】 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？ …………… 9 8
緊急時の対応マニュアル例
- 【質問 4 3】 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？ …………… 1 0 2
- 【質問 4 4】 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？ …………… 1 0 4
- 【質問 4 5】 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？ …………… 1 1 1
- 【質問 4 6】 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？ …………… 1 1 2
- 【質問 4 7】 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？ …………… 1 2 1
- 【質問 4 8】 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？ …………… 1 2 4
- 【質問 4 9】 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？ …………… 1 2 7



生徒の思い出

インターハイ入賞への道
= 感謝できることの幸せ =



平成15年度3年 三瓶高等学校 山下郁代

陸上競技を始めて3年が経ち、最後のインターハイを迎えることとなりました。昨年は1500m 4位・3000m 3位と予想以上の成績を収めることができ、それが自信となり充実した1年間を過ごすことができました。記録が向上するほど、多くの合宿や大会に参加でき、多くの競技者との出会いが、より一層の自信となり、自分を強くしていったように思います。

そして迎えたインターハイ。今年も1500m・3000mに出場しました。初日の1500m予選は猛暑の中でしたが、レースの流れに乗ることができ、楽に通過、翌日の決勝に進出しました。今年度は800mの記録も向上し、スピードに自信がついており、3000mより1500mでの優勝を狙って調整をしてきました。しかし練習をしてきたラスト500mでのスパートができず、平凡なレースとなり、また日本人の競技者にもゴール前に抜かれ、県新記録は出せたものの4位にしかなれませんでした。

その夜のミーティングで先生から、消極的なレース、留学生への警戒心、留学生に付いて行けば入賞できるという安心感など、この1年間のトレーニングの意味が何だったのかを指摘され、本当に悔しく涙があふれました。そして3000mでは悔い残らぬレースをしようと心に誓いました。

3000mでは、予選から集中でき、思うようなレースで無事通過しました。決勝のW-UPも、動き作りや精神面の高まり、理想のレース展開など、自己のイメージアップができました。コールに行く前に先生にポンと背中をたたかれ、勝つための心作りもできました。スタートラインに立ったときの、大観衆、大声援に包まれ、感動で胸が一杯になりました。1000m、2000mを集団で通過、そこから留学生がスパートし、集団はばらけましたが、1500mのレースの反省もあり、私は留学生3人の先頭集団に付きました。先頭集団は4人で第2グループとはあっという間に差が開きました。急激なペースアップで苦しいレースとなりましたが、1人となるのもっと苦しいと思い、必死で付いて行きました。しかしラスト1周、留学生に離され1人となりました。それからの400mは今まで走った距離よりも長く感じました。しかし、愛媛県選手団のスタンドからの「郁代コール」は、くじけそうになった私の心に勇気と力を与えてくれました。ラスト300m、ラスト150mと、必死でスパートしようとしたのですが、ペースは上がりませんでした。ふらふらになり、どうにかゴール。4位。日本人選手1位となることができました。

競技を始めて、初めてのガッツポーズ……。ゴール後チームメイトに声をかけられ初めての涙……。生まれて初めて自己の能力の限界を越えた感動の涙だったように思います。

しかし、留学生とはいえ出場を認められた同じ選手であり負けは負け、今後もっともっと努力して世界で競える選手になりたいと思っています。

この3年間、私のために指導していただいた倉田先生、寺岡コーチ、門石トレーナー、チームメート、そして健康で、楽しく苦しいことに立ち向かえる自分を育ててくれた家族と私を大きく成長させてくれた「陸上競技」には感謝しています。

そして、「感謝できることの幸せ」をいつまでも大切にしたいと思っています。



平成22年度愛媛県高等学校総合体育大会 大会スローガン

「想いは力に変わる、この瞬間」



作者 今治東中等教育学校 6年 石丸 寛子さん

揮毫 愛媛県立三島高等学校書道部 (愛媛県高等学校文化連盟 書道部門)

平成22年度全国高等学校総合体育大会

愛媛県選手の入賞件数 団体 7件、個人24件 計31件 (過去最多)

主な上位入賞の紹介

競		技	学校名	成績
ボート	女	ダブルスカル	今治西	優勝
自転車	男	ロードレース学校対抗	松山工	優勝
陸上競技	女	七種競技	聖カタリナ女子	優勝
柔道	男	90kg級	宇和島東	優勝
柔道	女	78kg超級	新田	優勝
自転車	男	ロードレース	松山工	優勝
ボート	男	舵手つきクォドルブル	今治西	2位

平成22年度全国中学校体育大会

愛媛県選手の入賞件数 団体 5件、個人10件 計15件 (過去最多)

主な上位入賞の紹介

競		技	学校名	成績
水泳	男	200m自由形	三瓶	優勝
水泳	男	100m自由形	三瓶	2位
水泳	男	200m平泳ぎ	大洲南	2位
水泳	男	200mバタフライ	県松山西	2位
卓球	女	シングルス	旭	2位