

生徒のメディカルチェックを工夫した 実践例

学 校 名 大阪府立枚方津田高等学校（大阪府）

電 話 番 号 072(858)7003

全校生徒数 925名（男子401名 女子524名）

種 目 等 バスケットボール

1 取組の概要

(1) スポーツ医・科学に精通した外部指導者の活用

「鍼灸師」「柔道整復師」の資格を有した外部指導者を年間35回、専門的な指導が可能な顧問教員のいる運動部に派遣し、顧問教員と外部指導者が連携して、身体と心のケアを行い、指導を行った。

(2) 具体的な内容

①ストレッチ指導による外傷予防

ア 各定期考査終了後にストレッチの方法、実践指導を行った。

イ ストレッチの重要性の理解と継続実践により、外傷予防に努めた。

②多様なトレーニング方法の導入によるパフォーマンスの向上

ア ウェイトトレーニング

特に姿勢を意識して取り組むことに重点をおき、種目の特性に応じた筋力強化を行い、パフォーマンスの向上に努めた。

イ 体幹トレーニング

体幹を鍛え、接触到強い身体作りを目的として様々なトレーニングを行った。

ウ カーブラントレーニング

巧緻性と瞬発力を養い、併せて姿勢を矯正し競技力向上に努めた。

③メディカルチェックによる健康管理

ア 練習後に疲労具合のチェックを行い、練習内容の改善を行った。

イ テーピングによる姿勢矯正等を行い、外傷予防を行った。

○生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

1 活動中に発生したけが等について、顧問教員と外部指導者が意見交換を行った。けがの事例等についてはその発生要因を踏まえ顧問教員、外部指導者、生徒が練習内容や防止対策について話し合い、練習方法の改善や予防トレーニングを実施した。

2 外部指導者が行うメディカルチェックを活用し、継続的な健康管理を行った。

○成果と課題

1 外部指導者のけが予防や種目特性に応じたトレーニング等の専門的な指導により、顧問教員の知識が高まるとともに、練習の質や年間指導計画等が改善し、競技力の向上につながった。

2 外部指導者が行うメディカルチェックやトレーニング指導等により、生徒の安全に関する知識や技能が身に付くとともに、生徒のけが防止行動につながった。

○研究内容

【ウェイトトレーニング指導①】

姿勢を意識させる指導の様子



【ウェイトトレーニング指導②】

身体強化部位を意識づけさせている様子



【体幹トレーニング指導】

姿勢の注意喚起の様子



【カーブラントレーニング】

方法、姿勢の確認



【メディカルチェック①】

疲労具合の確認の様子



【メディカルチェック②】

テーピングによる外傷予防の様子



【指導者打ち合わせ】

練習計画、トレーニング方法の確認



【実践校としての成果・感想】

- ・部活動の競技力が向上した（枚方・交野大会優勝（前回2位）、西地区府立高校大会優勝（前回3位）、西地区新人大会ベスト4（前回ベスト8）等）。
- ・生徒のストレッチ、トレーニングに対する理解が深まり、ケガが減少した。
- ・体幹トレーニング等により体のバランスが整い、試合でパフォーマンスが向上した。
- ・メディカルチェックを定期的に行うことで、公式戦までのコンディショニングをスムーズに行えた。

地域スポーツ人材との連携に向け学校の組織体制を工夫した実践例

学 校 名 長崎県立長崎南高等学校（長崎県）
電 話 番 号 095(824)3134
全 校 生 徒 数 832 名（男子 392 名 女子 440 名）
種 目 等 ハンドボール，テニス，ソフトテニス，弓道

1 取組の概要

外部指導者との年度当初の打合せ会の実施と役割分担について、以下のように取り組んだ。

- (1) 年度当初に、顧問教員と外部指導者でそれぞれ部の目指す姿や指導の方向性等について共通理解を図る場を設け、指導を分担して日々の指導に当たった。
- (2) 顧問教員と外部指導者の間で、生徒に対する内容や言葉がけ等に一貫性を持って行い、活動が深まるにつれ生徒も外部指導者の指導を安心して受け入れた。
- (3) 外部指導者との連携を深めるための学校内の体制作り

①全職員の外部指導者の活用の在り方の周知徹底

ア 年度当初の部顧問会で、従来から本校に存在する部活動支援指導者制度を確認し共通理解を図り、部顧問の希望を調査し外部指導者の選定をする。

イ 管理職（教頭）が外部指導者と面談をし、本校の教育活動と部活動の関係などを説明し、学校全体としての共通理解をする。

(4) 活動場所の整備

①屋外競技においては、本年度、完成した屋外雨天練習場を輪番制ではあるが、外部指導者の来校日には、優先して使用させる。

②校外の離れた場所（第二グラウンド）で活動するテニス、ソフトテニス、ハンドボール部は、練習場と同様、その周辺も整備する。

2 事業活用の成果の校内での共有

それぞれの部活動で外部指導者による指導の利点等をまとめていただき、そのレポートを全職員に配布し、次年度に外部指導者を選定する場合の基礎資料とした。

○生徒の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- 1 運動部活動指導者基礎講座の内容を顧問と外部指導者で確認し、ケガの予防やトレーニング器具等の使い方について、共通理解をし、周知徹底を図った。
- 2 部活動時には、顧問教員が可能な限り、指導に入るよう外部指導者と確認した。
- 3 外部指導者の専門的アドバイスを行う時間を設け、生徒一人一人と細かくコミュニケーションをとり、生徒の意識を高めた。

○成果と課題

- 1 外部指導者は、顧問教員の専門的な知識や指導が不足する部分を補う、サポート的な存在であり、顧問教員が部活動指導に自信を持つことができた。
- 2 外部指導者は、技術指導が中心になる傾向にあるが、精神面や体力面での指導もいただき、顧問教員とともに、心身ともに生徒の成長の手助けとなった。
- 3 外部指導者が試合や遠征などに積極的に同行されるが、そのための支援策が必要である。

○研究内容

【外部指導者による指導 1】

外国人留学生への弓道の実技指導



【外部指導者による指導 2】

ハンドボール部女子への実技指導



【外部指導者による指導 3】

テニス部女子への実技指導



【屋外雨天練習場】

雨天時の部活動場の練習場として本年度完成



外部指導者を活用した部活動へのアンケート（回答数 51 名）

Q 1 部活動で、技能の向上やトレーニングの方法などのポイントやコツがわかりましたか？

①わかった 72% ②ややわかった 18% ③あまりわからなかった 4% ④わからなかった 6%

Q 2 部活動で、安全面で気をつけなければならないこと（用具の使い方や練習の仕方、ケガの防止など）の理解が深まりましたか？

①深まった 78% ②やや深まった 6% ③あまり深まらなかった 10% ④深まらなかった 6%

Q 3 部活動で、顧問教員に部活動以外のこと（悩み等）も相談に乗ってもらったりアドバイスをしてもらったりするなどしてよかったと思うことがありましたか？

①あった 39% ②時々あった 18% ③あまりなかった 14% ④なかった 29%

Q 4 これからの活動において、できれば専門の外部指導者の指導を受けたいと思いますか？

①そう思う 87% ②ややそう思う 2% ③あまり思わない 6% ④思わない 5%

考 察

以上のようなアンケート結果が得られた。生徒たちにとって、外部指導者の技術指導や安全面での指導は、技術向上や理解度の深まりにつながっていると考えられる。また、今後も継続して指導を受けたい生徒が多いことは、外部指導者の存在は有意義であり、今後も継続して協力を得ることが望ましいと考えられる。

3. 參考資料

23文科ス第918号

平成24年3月9日

各都道府県・指定都市教育委員会教育長
各 都 道 府 県 知 事 殿
附属学校を置く各国立大学長

文部科学省スポーツ・青少年局長

久 保 公 人

新しい学習指導要領の実施に伴う武道の授業の
安全かつ円滑な実施について（依頼）

平成24年度から新しい中学校学習指導要領が全面実施されます。

保健体育の授業においても、それに向けて、関係法令等に基づく適切な教育課程の編成・実施及びこれらに伴い必要となる教育条件の整備を行っていただくことが必要です。

武道については、その学習を通して、我が国の伝統と文化を尊重するとともに、自らを律し、相手を尊重する態度を養うことなどが期待されていますが、安全かつ円滑に実施することが最重要課題として求められます。

教育委員会や学校等におかれては、これまでも保健体育の授業における武道の必修化のための条件整備を計画的に実施していただけてきたと思いますが、武道場をはじめとする施設の整備、用具の確保、教員の研修機会の確保や外部指導者の活用等による指導体制の整備充実などについて、引き続き、十分に御配慮ください。

特に、初めて武道を学ぶ生徒が多いと想定されますので、授業開始前に、指導体制や指導計画、施設設備等について改めて点検し、安全確保のうえで遺漏なきようお願いいたします。

なお、各都道府県・指定都市教育委員会におかれては所管の学校及び域内の市区町村教育委員会等に対して、各都道府県知事におかれては所轄の私立学校に対して、各国立大学長におかれては附属学校に対して、本件の周知徹底についてよろしくお取り計らいください。

各都道府県・指定都市教育委員会教育長
各 都 道 府 県 知 事 殿
附 属 学 校 を 置 く 各 国 立 大 学 長

文部科学省スポーツ・青少年局長

久 保 公 人

武道必修化に伴う柔道の安全管理の徹底について（依頼）

平成24年度の新しい中学校学習指導要領の全面実施に向けて、関係法令等に基づく適切な教育課程の編成・実施及びこれらに伴い必要となる教育条件の整備を行い、保健体育の授業が円滑に実施されることが必要となります。

特に、必修化される中学校における武道の授業の実施に当たり、柔道を行う学校については、安全管理の徹底を図る上で、各学校における平成24年度の柔道の授業の開始前に、下記の点について御確認いただき、より安全に指導できる体制にさせていただくようお願いします。

また、文部科学省においては、「体育活動中の事故防止に関する調査研究協力者会議」を設置し、同会議の中で、柔道の安全管理についても調査研究しているところであり、安全に配慮した柔道の指導内容等の考え方などの詳細については、取りまとめ次第、別途送付することとしておりますが、同会議の議論等を踏まえ、別添のとおり「柔道の授業の安全な実施に向けて」を作成しましたので、送付させていただきます。つきましては、本内容を今後の指導の参考にさせていただきますようお願いします。

なお、柔道の指導体制について御確認いただいた結果については、別紙実施要領に基づき調査表を作成の上、平成24年5月31日（木）までに下記宛先まで提出いただくようお願いします。文部科学省においては、御提出いただいた資料等をもとに、後日、関係者による報告会・情報交換会を開催したいと考えております。

このことについて、各都道府県・指定都市教育委員会におかれては所管の学校及び域内の市区町村教育委員会等に対して、各都道府県知事におかれては所轄の私立学校に対して、各国立大学長におかれては附属学校に対して、この趣旨について周知及び調査結果を取りまとめいただくとともに、適切な対応がなされるよう御指導をお願いします。

記

- 1 平成24年度からの武道必修化に伴う柔道の授業の開始前に、柔道を実施する全ての中学校を対象として、各学校の指導体制について、以下の点について、各学校とともに、設置者において確認すること。

なお、必要に応じて、参考として添付したチェックリストを活用されたいこと。

(1) 指導者について

- イ) 平成24年度に柔道の授業を開始する時点^{*1}において、一定の指導歴又は研修歴を持った教員が指導に当たることができる体制^{*2}になっているか。

※1 実際に授業の開始を予定している時点であり、年度当初の4月とは限らない。

※2 例えば、複数の担当教員がいる学校で、一定の指導歴及び研修歴を持たない教員が単独で授業を担当する場合は「指導に当たることができる体制」に該当しないが、当該教員が今後授業開始までに指導をし得るような一定の研修を受ける予定の場合は該当すると考えられる。

- ロ) イ) の体制が確保できない場合、適切な外部指導者の協力を得ることになっているか。

【留意点】

指導者が一定の指導歴又は研修歴を持たない教員である場合は、教育委員会や柔道関係団体にある人材データベース等を活用し、退職警察官等外部指導者の協力を得ること。また、指導歴及び研修歴が浅い教員については、授業の開始時点までに十分に研修の機会を確保すること。

(2) 指導計画について

- 3年間を見通した上で、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全の確保に十分に留意した計画となっているか。

【留意点】

問題点が判明した場合、指導計画（例えば単元計画等）を修正し、無理な計画での授業は行わないこと。また、必要に応じ、都道府県柔道連盟等の協力を得て、外部指導者によるアドバイスを受けること。

なお、別添の「柔道の授業の安全な実施に向けて」を踏まえ、安全に柔道の指導を行う観点から特に以下の点について配慮が求められること。

- ① 3年間の指導を見通した上で、各学年で適切な授業時数を配当し、効果的、継続的な学習ができるようにすること。

第1学年及び第2学年においては、受け身の練習を段階的かつ十分に行った上で、指導する技や時期を定め、技と関連させた受け身の指導を行うこと。また、受け身がとれるようになった後、投げ技のかかり練習や約束練習など、段階的に練習を行うこと。その際、固め技について自由練習やごく簡単な試合で攻防の楽しさを味わわせることが考えられること。

さらに、第3学年においては、生徒の技能の上達の程度等を踏まえ、安全上の配慮を十分に行った状態で、使用する技や時間を限定するなどして簡単な試合までを計画することも考えられる

こと。

- ② 生徒の学習段階や個人差を踏まえた無理のない段階的な指導を行うこと。なお、学習指導要領の解説で示している「大外刈り」などの技については、あくまでも例示であり、記載された全ての技を取り扱わなければならないものではないこと。

(3) 施設設備等について

施設設備及び用具の安全が確保されているか。特に体育館を使用する場合は、例えば畳のずれを防ぐ措置など柔道を行う場の安全が確保されているか。

【留意点】

十分でない場合は、早急に施設設備及び用具の安全の確保策を講じること。

(4) 事故が発生した場合の対応について

事故が発生した場合の応急処置や緊急連絡体制など、対処方法について関係者間で認識を共有しているか。

【留意点】

十分でない場合は、早急に事故が発生した場合に対応できる体制を整備すること。

- 2 各学校の設置者においては、上記1の各項目が満たされた上で柔道の授業が実施されるようにすること。なお、条件が満たされていない項目が発見された場合には、当面、柔道の授業の開始を遅らせ早急に条件整備を進めるなど適切な措置が講じられるようにすること。

23参体第10号

平成23年12月20日

附属学校を置く各国立大学法人担当課長
各都道府県・指定都市教育委員会学校体育主管課長 殿
各都道府県私立学校主管課長

文部科学省スポーツ・青少年局

参事官（体育・青少年スポーツ担当）長 登 健

武道及びダンスの必修化に向けた指導体制について（依頼）

日頃より、学校体育の推進に御理解、御対応いただきありがとうございます。

平成24年度の新しい中学校学習指導要領の全面実施に向けて、関係法令等に基づく適切な教育課程の編成・実施及びこれらに伴い必要となる教育条件の整備を行い、保健体育の授業が円滑に実施できるよう、改めて対応方よろしくをお願いします。

特に、全ての生徒に履修させることになる「武道」については、文部科学省において指導の充実等に関する各種通知等（別添参照）を発出してきたところですが、これまで以上に安全の確保に留意するとともに、研修の機会の充実や地域のスポーツ指導者の活用など、必要な条件整備を計画的に実施していただきますようお願いします。

つきましては、今年度に文部科学省が行う講習会及び日本武道協議会加盟団体の取組及び都道府県の加盟団体の連絡先（別紙1～3）を送付させていただきますので、必要に応じて御活用ください。

また、文部科学省におきましては、武道及びダンスの必修化に向けた指導体制の現状を把握したいので、別紙4の様式により回答くださいますようお願いします。

23ス参体第2号

平成23年4月7日

附属学校を置く各国立大学法人担当課長
各都道府県・指定都市教育委員会学校体育主管課長 殿
各都道府県私立学校主管課長

文部科学省スポーツ・青少年局体育参事官

長 登 健

中学校保健体育における武道指導の充実について（依頼）

文部科学省では、平成20年3月に中学校学習指導要領の改訂を行い、平成24年度から全面実施されることとなっており、新たに必修となる武道を安全かつ円滑に実施するため、指導者、施設及び用具等の条件整備を進めています。

特に、指導者については、その養成・確保が重要となっており、教員に対する研修の充実や、授業において外部指導者を活用することなどが有効であると考えております。その一つとして、武道の専門的な指導が可能な元警察官の方に、教員に対する実技研修会の講師や、授業における外部指導者として御協力いただく場合が考えられるところです。

このため、文部科学省においては、平成23年3月28日付けで警察庁に対して別紙のとおり、中学校における武道の指導の充実を図るため、各都道府県教育委員会又は各市区町村教育委員会から、各都道府県警察等に対して、武道の外部指導者の紹介について依頼があった場合には、退職警察官等の協力について配慮いただけるよう、関係機関に対し周知を依頼し、警察庁から平成23年4月6日付けで都道府県の警察をはじめ関係機関に対して周知した旨の連絡があったところです。

つきましては、各学校の設置者におかれては、武道の指導に関して、警察関係機関等とも連携しながら、充実を図るとともに、安全面に関しては、既に発出している平成22年7月14日付け22ス企体第7号の通知等を参考にして、設置する当該学校に対して、周知し、引き続き、適切に対応いただきますようお願いいたします。

また、これらのことについて、都道府県教育委員会及び都道府県私立学校主管課におかれては、域内の市区町村教育委員会、所管の学校に対しても周知されるよう併せてお願いいたします。

22ス企体第19号

平成23年3月28日

警察庁長官官房参事官 殿

文部科学省スポーツ・青少年局企画・体育課長

山口 敏

中学校保健体育における武道の指導に対する協力について（依頼）

文部科学省では、平成20年3月に中学校学習指導要領の改訂を行い、中学校の保健体育において、多くの領域の学習を十分させた上で、その後、自ら運動を選択できるようにするため、これまで選択であった「武道」や「ダンス」についても必修としました。

この新しい中学校学習指導要領は、平成24年度から全面実施されることとなっており、文部科学省では、新たに必修となる武道を安全かつ円滑に実施するため、指導者、施設及び用具等の条件整備を進めています。

特に、指導者については、その養成・確保が重要となっており、教員に対する研修の充実や、授業において外部指導者を活用することなどが有効であると考えております。その一つとして、武道の専門的な指導が可能な元警察官の方に、教員に対する実技研修会の講師や、授業における外部指導者として御協力いただく場合が考えられるところです。

つきましては、中学校における武道の指導の充実を図るため、各都道府県教育委員会又は各市区町村教育委員会から、各都道府県警察等に対して、武道の外部指導者の紹介について依頼があった場合には、退職警察官の団体を紹介するなど協力についてご配慮いただけるよう、関係機関に対し周知をお願いいたします。

平成23年度学校体育振興事業研究報告集の作成について

平成24年5月10日
スポーツ・青少年局長決定

1 趣旨

平成23年度に実施した委託事業（地域スポーツ人材を活用した運動部活動等推進事業・中学校武道必修化に向けた地域連携指導実践校）の内容を研究報告集としてまとめ、教育委員会等に情報提供し、その成果の普及・啓発を図る。

2 作成の概要

作成する資料は、次のとおりとする。

平成23年度学校体育振興事業研究報告集

3 作成の方法

作成にあたっては、以下の学識経験者等の協力を得るものとする。

一場 明夫	群馬県教育委員会	スポーツ健康課	指導主事
黒川 康宏	放送大学学園学務部	連携教育課	課長補佐
白井 克昌	東京都教育庁指導部	指導企画課	主任指導主事
高橋 貴子	栃木県教育委員会事務局	学校教育課	指導主事
横瀬 元応	埼玉県立総合教育センター		指導主事

(50音順)

なお、必要に応じ、上記以外の者の協力を得ることもできる。

4 作成の期間

平成24年5月10日から平成25年3月29日までとする。

5 その他

この作成に関する庶務は、体育参事官において行う。