

平成26年度

運動部活動指導の  
工夫・改善支援事業  
実践事例報告集

平成27年3月  
スポーツ庁

# 本実践事例報告集の活用について

本実践事例報告集は、文部科学省が平成26年度の「運動部活動指導の工夫・改善支援事業」の成果を全国各地での取組の参考にさせていただくため、委託先の各教育委員会から提出された実践研究結果をとりまとめたものです。この報告書を活用することにより、今後の運動部活動指導を、より適切かつ効果的に行っていただけることを期待します。

## 目 次

### 1. 実践事例

#### 【スポーツ医・科学等を活用した高度な運動部活動指導体制の構築】

(外部指導者を活用しつつ、学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例)

北海道羽幌高等学校 (北海道)	1
青森県立大湊高等学校 (青森県)	3
秋田県立雄物川高等学校 (秋田県)	6
山形県山辺町立山辺中学校 (山形県)	8
山形県立鶴岡工業高等学校 (山形県)	10
福島県棚倉町立棚倉中学校 (福島県)	12
石川県金沢市立高岡中学校 (石川県)	14
福井県越前町立織田中学校 (福井県)	16
新潟県燕市立燕中学校 (新潟県)	18
三重県津市立西橋内中学校 (三重県)	20
京都府亀岡市立高田中学校 (京都府)	22
京都府宇治市立西小倉中学校 (京都府)	24
京都府精華町立精華南中学校 (京都府)	26
京都府井手町立泉ヶ丘中学校 (京都府)	28
京都府綾部市立豊里中学校 (京都府)	30
京都府南丹市立八木中学校 (京都府)	32
奈良県生駒市立緑ヶ丘中学校 (奈良県)	34
和歌山県有田市立保田中学校 (和歌山県)	36
鳥取県南部町立法勝寺中学校 (鳥取県)	38
香川県立小豆島高等学校 (香川県)	40
高知県高知市立愛宕中学校 (高知県)	43
高知県高知市立三里中学校 (高知県)	46
高知県宿毛市立橋上中学校 (高知県)	48
佐賀県立佐賀西高等学校 (佐賀県)	51
長崎県立国見高等学校 (長崎県)	53
大分県大分市立植田西中学校 (大分県)	55
宮城県仙台市立袋原中学校 (仙台市)	57
福岡県北九州市立浅川中学校 (北九州市)	59

(専門家の効果的な活用の在り方の検討実践例)

岩手県盛岡市立玉山中学校 (岩手県)	61
宮城県石巻市立万石浦中学校 (宮城県)	63
群馬県渋川市立北橋中学校 (群馬県)	65
埼玉県立大宮東高等学校 (埼玉県)	67

埼玉県立八潮高等学校（埼玉県）	70
長野県小布施町立小布施中学校（長野県）	72
滋賀県立草津東高等学校（滋賀県）	74
大阪府立千里青雲高等学校（大阪府）	76
兵庫県立社高等学校（兵庫県）	78
岡山県立興陽高等学校（岡山県）	80
山口県立宇部工業高等学校（山口県）	82
熊本県立上天草高等学校（熊本県）	84
鹿児島県立加世田高等学校（鹿児島県）	86
千葉県千葉市立生浜中学校（千葉市）	88
兵庫県神戸市立魚崎中学校（神戸市）	90

### （地域の指導者との効果的な連携）

島根県雲南市立大東中学校（島根県）	92
-------------------	----

### （新たな時代に即した運動部活動の在り方）

茨城県水戸市立第二中学校（茨城県）	94
茨城県土浦市立土浦第四中学校（茨城県）	96
茨城県常陸大宮市立第二中学校（茨城県）	98
茨城県水戸市立第五中学校（茨城県）	100
茨城県那珂市立第一中学校（茨城県）	102

## 【女子生徒の参加しやすい運動部活動づくり等の多様な運動部活動づくりに向けた指導内容・方法の工夫改善】

### （運動習慣の少ない生徒の参加しやすい運動部活動の在り方）

東京都港区立港南中学校（東京都）	104
------------------	-----

### （女子生徒の参加しやすい運動部活動の在り方）

愛知県北名古屋市立天神中学校（愛知県）	106
茨城県北茨城市立中郷中学校（茨城県）	108

### （様々なニーズを持つ生徒が活動しやすい運動部活動の在り方）

さいたま市教育委員会（さいたま市）	110
-------------------	-----

### （生徒が自ら考えて取り組める様な運動部活動の在り方）

愛媛県宇和島市立吉田中学校（愛媛県）	112
--------------------	-----

### （一人一人の生徒の成長につながる運動部活動の在り方）

長野県高森町高森中学校（長野県）	114
福岡県嘉麻市立稲築東中学校（福岡県）	117

### （その他運動部活動の指導内容・方法の工夫改善）

栃木県立小山高等学校（栃木県）	119
和歌山県有田市立箕島中学校（和歌山県）	121

## 2. 参考資料

運動部活動での指導のガイドライン（平成25年5月）	123
---------------------------	-----

外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

学校名 北海道羽幌高等学校

電話番号 0164(62)1050

メールアドレス haboro-jm@hokkaido-c.ed.jp

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本校の生徒は9割以上が部活動に所属（7割は運動部活動に所属）している。一方、野球部、ラグビー部等の団体種目では部員数不足が常態化しており、例年、チーム編成に苦慮している。そのため、「怪我や事故の未然防止」、「効果的かつ適切な体力・運動能力の向上」がこれらの部活動における共通の課題となっている。

『取組のポイント』

本校では、課題解決のために地域のスポーツ指導者を活用する上で、次の3つのポイントに重点を置いて取組を推進した。

- ・競技や生徒の特性等に応じたトレーニングを主体とした、体力・運動能力等の向上
- ・定期的な体力測定を取り入れることによる、自己理解の促進と部活動に対する主体的な態度の醸成
- ・アスリートとしての心構えなど、メンタルな側面からのアプローチによる運動に対する意識の高揚

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 地域スポーツ指導者による指導

羽幌町体育協会 松森 克彦 氏（はぼろスポーツクラブ クラブマネージャー）を指導者として、コーディネーション運動やSAQ（スピードや反応速度を上げるトレーニング）、パワートレーニング、ヨガなど種目を超えた総合的な運動能力を向上させる内容をメインに実施した。なお、過去には松森氏の指導を受け、陸上でインターハイ出場、ラグビーで全道大会準優勝という成績を収めた生徒もいる。今年度は野球部、ラグビー部に女子バスケットボール部を加え、総勢34名が指導を受けた。

【メニュー】

- ①ウォーミングアップ ②基本体力（S持久）
- ③バランストレーニング ④クイックネス ⑤アジリティ
- ⑥スピード ⑦基本体力（基本サーキット） ⑧筋トレ
- ⑨補強 ⑩クーリングダウン ※ 各項目とも運動量はかなり多かった。



また、3度の体力測定を行ってトレーニング効果を測定し、生徒が数値として自身の体力の状況を把握できるようにした。自らが行ったトレーニングの成果や個々の長所・短所等の特徴を把握することにより、生徒の部活動やトレーニングに取り組む意識を高揚させることができた。

(2) 運動部活動指導者研修会

合同会社ベストパフォーマンス代表 久村 浩 氏 を講師として研修会を2回実施した。管内他校の部活動顧問や地域スポーツ指導者の参加も得て、充実した研修会となった。

◇1回目（参加者24名）

トレーナーの役割について、トレーニングの原理原則、最新のトレーニング器具の紹介

◇2回目（参加者23名）

トレーニング計画の立案、コンディショニングチェックによる選手の状態の把握、コンディショニングを踏まえた上でのメニュー作成

(3) 生徒向け講演会

主題：「トップアスリートの心構え・メンタルトレーニング」

講師：明治大学ラグビー部監督 丹羽 政彦 氏

対象：全校生徒、教職員（保護者、卒業生、近隣校の教職員等 27 名も参加）

○ 在校生への5つのメッセージ

- ・ 生きていることに感謝
- ・ 夢に向かい人生設計を描こう
- ・ 指導を自分の力にする
- ・ 失敗を恐れずチャレンジする姿勢
- ・ 「愚直」に取り組めば必ず人は見ている

3 本調査研究から得られた成果

【分析】

週1回ほどのトレーニング指導を継続し、定期的に体力測定を行った結果、次のことが明らかとなった。

- ①必ずしも一定・安定して伸び続けるとは限らない。
- ②学校の行事等による活動休止期間等の影響は大きい。
- ③測定当日のコンディションが各生徒で異なる。

また、右下の表は、3月上旬に生徒にアンケートを実施した結果である。この結果から次の点が明らかとなった。

- ①ほぼすべての生徒が体力の向上を実感している。
- ②種目、あるいは個々の種目のポジションなどの特性により、トレーニングに力を入れるポイントが異なり、成果や実感も異なる。
- ③厳しいトレーニングであっても、多くの生徒が楽しく取り組んでいる。

◎アンケート記述欄への記載

- ・ 厳しいトレーニングでメンタル面も鍛えることができた。
- ・ 自分やチームメイトの長所や短所に気付くことができた。

【成果】

・ 生徒個々の特性やコンディションをよく理解し、体力測定データのデータを冷静に分析・判断して、それを生かす指導が重要であることについて教員（指導者）の理解が深まった。

・ 運動部活動指導者研修会、生徒向け講演会を実施したことにより、「運動選手としての考え方や取り組み方を考え、実践する」、「運動を通じて、社会人として必要な資質を身に付ける」、「自分の身体を知る（脳と動作の関係、筋力と柔軟性など）」ことなどについて、生徒及び教員の理解が深まり、生徒の運動部活動に取り組む意識が高まるとともに、教員の指導力が向上した。

○測定結果抜粋（野球部員）

11月7日		12月25日		2月18日	
得点	ランク	得点	ランク	得点	ランク
52	A6	53	A6	55	A5
49	B1	51	A6	54	A5
49	B1			51	A6
60	A3			60	A3
56	A5			54	A5
59	A4	63	A2	56	A5
56	A5	59	A4	58	A4
58	A4	58	A4	57	A4
48	B1	52	A6	49	B1
50	A6	50	A6	50	A6
44	B2	50	A6	51	A6

○生徒アンケート結果

アンケート調査集計		野球	ラグビー	バスケ
個別の項目	① 筋力(パワー)がアップした	3.82	3.38	3.40
	② 持久力がアップした	3.82	3.15	2.40
	③ 瞬発力がアップした	3.82	3.08	2.60
	④ 反射神経が良くなった	3.73	2.92	2.60
	⑤ 柔軟性(関節・可動域)が増した	3.27	3.00	3.40
	⑥ からだのバランスが良くなった	3.36	3.08	2.80
<平均>		<b>3.64</b>	<b>3.10</b>	<b>2.87</b>
全体的な項目	⑦ 体力は全体的に向上した	3.91	3.54	3.40
	⑧ 種目の技術力向上に役立った	3.82	3.31	2.60
	⑨ 部活動がさらに楽しくなった	2.91	2.85	3.20
	⑩ チーム(部員)がよまとまった	3.18	3.08	3.00
	⑪ 厳しいトレーニングだった	3.73	3.92	3.80
	⑫ 楽しくトレーニングできた	3.27	2.62	3.00
<平均>		<b>3.47</b>	<b>3.22</b>	<b>3.17</b>
4: その通りだ 3: まあそうだ 2: ちよつと違う 1: まったく違う				
*バスケットボール部のみ女子				

4 今後の課題

本校は全校生徒150名程度の小規模校であるが、地域住民からの本校部活動への期待は大きい。しかし、少子化が進む中、部活動加入率が高くとも各部の部員数確保は極めて厳しく、生徒一人一人が貴重な選手となることから、その能力を最大限伸ばしていくために、日々進歩する指導方法や理論について指導者が研修し続けるとともに、生徒が厳しい練習の中でも怪我や事故なく、体力・運動能力を高めていくことができる体制を構築していくことが今後の課題である。そのため、本事業の成果を踏まえ、今後も計測的に運動部活動指導の改善・充実に取り組んでいく必要がある。

外部指導者を活用しつつ、  
学校組織全体での運動部活動の適切な  
指導体制の在り方の検討実践例

学校名 青森県立大湊高等学校（青森県） 1～3年  
電話番号 0175（24）1244  
全校生徒 585名（男子209名 女子376名）  
種目名 陸上競技

1 課題及び取組のポイント

『課題』

陸上競技を専門に取り組んだ教員であっても、複数種目に及ぶ陸上競技において、顧問としてその全種目での専門的技術指導にはどの学校でも苦慮するところであろう。専門外で顧問となった場合はなおさらである。

本校においても、例年60名を超える部員及び多種目に渡る専門的技術指導に目を行き届け、  
「部員一人一人の目標達成」また、「安全な部活動」等で考えた場合、日頃の課題の一つであると考えている。

『ねらい』

- (1) 外部指導者の協力を得た専門的技術指導
- (2) より幅の広い種目に対する指導の充実
- (2) 部全体の競技力向上
- (3) 部活動における生徒の安全確保
- (4) 専門的技術指導に限らない一生徒としての育成

『取組のポイント』

配慮した点として、依頼する外部指導者の人選であった。第一に、部が必要とする専門的技術指導ができ、顧問が中心となって考える部の取り組み、学校における部活動の役割を十分理解できる方を人選することが重要なことである。

それには、専門的技術指導だけに限った外部指導者と生徒の関係では、その事さえも成長するとは考えにくい、「部活動は生徒を成長させる場」という考えのもと、技術指導を通じて、あらゆる角度から生徒一人一人に、顧問と共にアプローチしていくことがポイントとして考えられる。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 外部指導者と顧問教員との密な連携

- ア 部の指導方針について、外部指導者と顧問との共通理解に努める。
  - ・部の目標、強化方法、部全体の状況
- イ 部員一人一人の理解に、外部指導者と顧問との共通理解に努める。
  - ・個人の目標、個人の性格、個人の状況
- ウ 指導スケジュールの確認
  - ・安全面を考慮し、部員のみでの時間をできるだけ作らない。

## エ 安全確保

- ・危険な状況を作らない指導、緊急時対応の指導と確認

## (2) 学校との連携

### ア 学校独自に外部コーチとして依頼

- ・大会等の引率も依頼している。
- ・今年度スポーツ人材活用事業で依頼した外部指導者の方には、本校では平成12年からコーチとして継続させていただいている。

### イ 外部指導者の学校行事への出席依頼

- ・部活動だけでは無く学校での生徒の様子も見てもらうことができる。
- ・校長及び他教員との交流により、部及び部員一人一人の学校の様子を聞いてもらい、その情報を指導に役立てていただいている。

## (3) 部後援会との連携

### ア 後援会員として活動

- ・会員として各事業に参加及び後援活動をしていただいている。

## 3 本調査研究から得られた成果

### (1) 外部指導者の指導の様子



### (2) 生徒から外部指導者に対して

- ・専門のコーチなので指導内容が詳しい。
- ・このままコーチをしてほしい。
- ・基礎から教えてもらえたことが良かった。
- ・一人ずつ丁寧に見てもらえるので記録が伸びる。
- ・陸上以外で人間として大切なことを教わった。
- ・コーチがついてくれたおかげで記録が伸びた。
- ・コーチのおかげで試合に集中して臨めた。
- ・自主練などの内容を学べた。
- ・これからも指導をお願いします。

### (3) 成果

#### ア 専門的技術指導による競技力・成績の向上

- ・全国大会出場、東北大会優勝、県高校駅伝入賞、県高校記録更新、  
高校総体総合入賞 等

#### イ より安全で安心できる部活動

- ・練習時間帯には外部指導者を含め複数の指導者で対応できることにより、大きな事故はほぼ無い状況。また、ケガ等の対応もより迅速にできる環境となった。

#### ウ 生徒対応の充実

- ・専門的知識に係わる対応はもちろん、より幅広い部員の要望に密に対応できるようになった。

### 4 今後の課題

#### 外部指導者の継続

##### ア 人材確保

- ・専門的技術指導ができ、なおかつ学校及び部の指導の方向性が共有できる人材はごくわずかに限られている。

##### イ 指導に対する報酬

- ・実施報告書に記載されてある以上に指導していただいているのが現状である。  
よって、ボランティア的な部分の方が多い。
- ・普段の指導のみでは無く、大会等にも出向いて現地で指導していただくことも多くあるが、その分は学校から補助していただいているが規程分となり、その他は外部指導者本人の持ち出しとなっているため心苦しい。



外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 秋田県教育委員会  
電話番号 018-860-5202  
メールアドレス Terata-Jun@pref.akita.lg.jp  
実践事例校 秋田県立雄物川高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

陸上競技部としては、顧問の専門的な技術指導力不足のため、生徒の技能や記録等に関する目標が達成できないという状況が予測できた。また、学校全体として「部活動は学校教育の一環である」という認識は共有できていたのだが、組織的な取組は不十分であった。

『取組のポイント』

上記課題を受け、次の2つを取組の柱とする。

取組①：陸上競技部において外部指導者を活用し、生徒・保護者のニーズに応えるとともに、顧問の指導力向上を目指す。

取組②：部活動を取り巻く諸問題について、学校全体として組織的・計画的な取組を推進する。

取組①については、科学的な指導内容・方法を積極的に取り入れていく。また、練習内容・方法については、十分に考えさせてから説明し理解させることによって、生徒が自己の成長に対して見通しをもつことができるようになり、自主的・自発的活動につながると思われる。

取組②については、校長のリーダーシップのもと、地域・保護者等の要望を明確にし、外部指導者・PTA・各部顧問で協議する場を設けて運動部活動の更なる活性化を目指す。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

取組①の主な内容は次の(ア)～(オ)である。

(ア)陸上競技部保護者会を開催し、平成26年度の活動計画と外部指導者の活用に関しての経緯を説明し、要望を聞いた。また、親の会設立についての提案を行った。

○開催日時：5月16日(金)17:30～18:30

1. 平成26年度の活動計画について
2. 各種大会についてのお願い
3. 外部コーチ委嘱について

(イ)秋田県教育委員会主催の指導者講習会に参加した。外部指導者と学校との連携体制や取組の在り方についての検討等を行った。

○第1回 7月20日(日)

1. 適切かつ効果的な運動部活動の推進について(解説)
2. 運動部活動の適切な指導体制の在り方(班別協議)
3. 運動部活動での事故防止と応急手当(講義)

○第2回 12月13日(土)

1. 適切かつ効果的な運動部活動の推進について(解説)
2. 地域スポーツ指導者と学校の連携を通した適切な指導体制の在り方(班別協議)
3. 運動部活動における外部指導者の役割と責任(講義)

(ウ)PTA会長、外部指導者、部活動顧問、各学年主任で構成する運動部活動運営委員会を開催し、スポーツの意義を確認するとともに、保護者の要望や学校としての目標・方針を話し合った。

○開催日時：7月30日(水)16:00～16:50

1. 運動部活動の学校教育における位置づけ・意義・役割
2. 運動部活動指導の充実に必要と考えられる7つの事項
3. 運動部活動の適切な指導体制について
4. 運動部活動の効果的指導について学校全体での取組

(エ)部活動への参加の効果を一層高めるために各種の合同練習会に参加した。

○8月5日(火)～8日(金)夏季合宿(県営競技場)

○4月～9月(12回)県南合同練習会(十文字陸上競技場)

○12月25日(木)平成高校との合同練習会

○1月31日(土)冬季県南合同練習会



練習風景



指導者講習会



指導者講習会 班別協議



部活動運営委員会

(オ)科学的に根拠があったり、社会的に広く認知されたりしている練習内容や方法について、活動時に実演を交えて指導するとともに、内で理論付けた説明を行ったり、各大会後に振り返りや次大会の目標設定を行う機会を設けた。

取組②の主な内容は次の(カ)～(ク)である。外部指導者も全て参加している。

(カ)校内運動部活動顧問会議を開き、指導の内容や方法について顧問間で意見交換をした。

○第1回 4月17日(木)15:40～16:40

1. 平成25年度各種決算と平成26年度の予算について
2. 年間計画・部員名簿の提出について
3. 体罰について

○第2回 7月2日(水)13:00～13:30

体罰は決して許されないことと共通理解を得ると共に、運動部活動が共同して取り組める事業について話し合った。

1. 体罰根絶全国ルールについての説明・協議
2. トレーニング機器の購入について

○第3回 9月9日(水)13:00～

前回の会議を受け、「体を強くしてパフォーマンスを高めることは、全ての種目において共通の目的である。」ということを確認した。また、全ての部が費用を分担してトレーニング機器を購入することを決めた。

1. トレーニング機器の購入・設置場所について
2. 運動部活動集会の開催について

○第4回 平成27年3月 日()

1. 今年度の反省と次年度への課題

(キ)生徒集会「朝のつどい(8:40～9:20)」のパブリックスピーチで、各部の主将が活動状況を報告する場面を設定した。部活動が学校教育の中で果たす意義や役割を確認するよい機会となった。

第1回 5月16日(金) 県南総体の結果報告 各部主将

第2回 6月13日(金) 全県総体の結果報告 各部主将

第3回 7月11日(金) 東北大会の感想 卓球部主将

第4回 9月24日(水) 県南大会ベスト4の感想 野球部主将

(ク)各部の主将が協力して運営する運動部活動生徒集会を開いた。

○9月18日(木)15:50～

1. トレーニングルームとトレーニング器機の使い方について
2. 部活動に対する心構えについて



雨天時の練習



冬期間の練習風景



パブリックスピーチ

### 3 本研究から得られた成果

取組①から得られた成果で主なものは、次の(ア)～(ウ)である。

(ア)外部指導者の活用により、生徒・保護者のニーズに応えることができた。

外部指導者の活用に関して、部員へアンケートを行った。アンケート項目の「効果的な練習ができたか。」「練習に対する意欲が湧いたか。」「次年度も活用したいか。」については、部員全員がの最高評価を付けた。

(イ)多くの部員が活動前に設定した自分の目標を達成した。記録の伸びも多く見られた。

男子100m 11秒82(5月)→11秒35(9月)、

女子走幅跳 4m09cm(5月)→4m82cm(9月)

女子やり投 31m98cm(4月)→38m26cm(9月)

(ウ)外部指導者の指導方法を間近で経験したことで、部活動顧問の指導力に向上が見られた。

取組②から得られた成果で主なものは、次の(エ)～(カ)である。

(エ)全ての部で費用を分担し、共同利用できるトレーニング機器を購入することができた。

(オ)全ての部活動の生徒が参加する集会を開催することで、部活動全体の一体感を感じることができた

(カ)部活動に係わる諸会議や集会等に外部指導者が参加することで、外部指導者と顧問が一体となって部活動の指導に取り組む事ができた。

### 4 今後の課題

(ア)運動部活動集会は非常に意義のあるものであった。今年度は、大会日程の都合で1回の開催になったが、次年度は、複数回開催したい。

(イ)部活動顧問の専門的な指導力の向上については、自分が目指すレベルにまではまだ至っていない。生徒のニーズに十分に伝えるよう、来年度も外部指導者を活用しながら、指導方法を学んでいきたい。

【外部指導者を活用しつつ、学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制のあり方の検討実践例】

教育委員会名 山辺町教育委員会  
電話番号 023(667)1115  
メールアドレス satot@town.yamanobe.yamagata.jp

実践事例校 山辺町立山辺中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

外部指導者の活用においては運動部活動時の技術指導が主となっており、生徒の学校生活・家庭環境・人間関係・健康状態を把握した上での総合的な指導にまで至っていない部分が多い。そのため、外部指導者を学校組織に組み入れ、運動部活動に関する情報を共有するとともに指導者の指導力等の資質向上を目指すことが課題である。

『取組のポイント』

本校は、部活動と総合型スポーツクラブ（やまべの里スポーツクラブ）活動の相互の持ち味を十分に生かしながら、より効果的・効率的な活動を目指している。特に、外部指導者を活用し指導体制を整えることで、競技力の向上はもとより、顧問の指導力向上・顧問の負担軽減につながると考えている。学校と外部指導者が密接に連携することで情報が共有され、生徒にとって満足度の高い活動になると考えている。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

- ・本校は、部活動と総合型スポーツクラブ（やまべの里スポーツクラブ）の両立を目指して活動している。部活動は外部指導者のお力をお借りしながらも、顧問の指導を原則としており、クラブは外部指導者の指導を原則としている。（夜間練習・日曜日の活動等）
- ・男女ソフトテニス部顧問2名と外部指導者4名（それぞれ2名ずつ）との連絡調整を強化する。  
男子部顧問A：51歳（男） 女子部顧問B：45歳（男）  
コーチA：36歳（男） コーチB：53歳（男） コーチC：56歳（女） コーチC：57歳（男）  
※いずれの外部指導者も本校に携わって、13～15年のコーチ経験を有している。
- ・顧問と管理職が連携し、外部指導者の活動内容を定期的に把握する。  
一週間に1度程度、顧問と教頭の連絡会を持ち、部活動運営上の課題や生徒の様子について情報を交換している。  
また、校長・教頭が練習試合や大会の応援に出向き、外部指導者へのお礼と指導上の悩みを聞きながら改善につなげている。
- ・外部指導者の指導観をお聞きする機会を設ける。  
9/5（金）に部活動三者連絡会（顧問・外部指導者・保護者）を行い、学校の部活動に対する考え方を伝えるとともに、顧問と外部指導者・保護者間で指導方針や指導法についての確認を行っている。特に、部活動とクラブの両立・健全な運営を柱に話し合いを行っている。
- ・外部指導者に対して、学校での日常生活の様子をできるだけこまめに伝えること（伝えられる範囲）により、部活動を通しての総合的な「人づくり」をベースに活動していることを確認している。
- ・トレーニングや練習法、ケガ予防の仕方まで教えていただけることで、生徒が自分の健康管理に自主的に努めるようになり、自信を深めている。





### 3 本調査研究から得られた成果

- ・一週間に1～2回程度ではあるが、熱心な指導、効果的な指導法により、基本的技能を確実に習得し、個々のプレーの伸びにつながっている。(技術指導による上達実感度…96%)
- ・練習時のアドバイスがタイムリーで的確なため、その場その場で課題解決につながるが多い。練習試合ではゲームの運び方や間の取り方までアドバイスをいただけたことがありがたかった。その結果、女子が東北中学総体に出場することができた。(指導が課題解決につながった…93%)
- ・練習の最初から最後まで一緒に汗を流しながら活動していただけるので、信頼度が増し、難易度の高い練習へも意欲的に取り組み、メンタル面の強化につながった。
- ・指導方針を一本化することにより、顧問の時間的負担軽減につながっていることはとてもありがたい。(2人の顧問とも負担感の減少を実感)



### 4 今後の課題

- ・まず課題としてあげられることは、部活動顧問と外部指導者の指導観の相違である。例えば、エントリーやレギュラーを決定する際、外部指導者は勝利至上主義的発想になりがちで技術的に上手な生徒を推薦してくる。しかし、部活動顧問は学校生活や陰の努力などを評価し、本人の良さを十分に把握した上で決定しようとする。生徒間の人間関係を考えた時、学校側としては、ここに大きな不安を感じる。また、顧問と外部指導者の指導法(練習法)に相違がある場合、生徒が戸惑ってしまうことがありうる。顧問と外部指導者の両者が指導方針について随時、十分に話し合う必要性を感じている。(お互いに遠慮する場面も見られた。)
- ・外部指導者が、今以上に学校のこと、生徒一人一人のことを理解する必要性を感じる。学習、生活、家庭環境、健康状態などにも目を向けられる指導者になっていただくことが理想である。
- ・指導法が科学的に分析されている昨今、指導者研修を受けて欲しいと願う。しかし、自分の指導に自信を持っている、プライドがあり今から指導法を変える気がない、仕事が忙しくて参加できない、などの理由でなかなか参加していただけない。顧問も外部指導者もより効果的な指導法を学んで実践化して欲しいと願う。今、指導者が何を学びたいのか、会話を通してニーズを引き出していききたいものである。
- ・今後とも、顧問と外部指導者、家庭との情報交換・連携を密にし、「人づくり」のための健全な部活動運営に努めていきたい。



外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

学校名 山形県立鶴岡工業高等学校（山形県）

電話番号 0235-22-5505

アドレス smurakamino@pref-yamagata.ed.jp

全校生徒数 665名（男子589名 女子76名）

種目等 バレーボール・アーチェリー

バドミントン

1. 課題および取り組みのポイント

本校の現状としてクラス数の減少などにより教員数が減り、常勤講師も減る中ではあるが、水泳では全国優勝、弓道・バドミントン・陸上競技・ウエイトリフティングで全国大会出場を果たすなど、生徒の生活の柱として部活動は重要な位置づけを果たしている。しかし、水泳など外部のスポーツクラブは除いて、それ以外の種目については顧問を中心にした活動を行っているため、技術指導できる顧問が他校へ異動することにより、運動部活動が不活発になってしまうかもしれないという課題は、今後迎える可能性の高い深刻な課題である。そのようなことになれば、本校のみならず当地区の体育活動の強みが失われてしまうという課題にもなると考えられる。また、本校ではさらに全国入賞や全国での上位常連校、もしくは多人数の種目についても県優勝や上大会出場の常連となることも課題として掲げている。対象とした3つの部活動については、多様な生徒が入部してくる中でも、競技志向での部活動の活動水準の維持と、教育的な部活動の効果の両輪を調整し、取り組んでいる部活動である。その取り組みの状況については、学校・顧問・外部指導者で適切な連携をとって行われていると評価することができ、それぞれの立場においてどのような留意点を持ちながら三者が連携し活動を行っているのかを、具体化することで本校の強みとして生かすことができるのではないかと考え、本校の現状を検証してみた。

【課題1】 技術指導できる顧問の異動においても、本校の『部活動の強み』が失われないようにするための、外部指導者と顧問、学校が連携して行うべき取り組みと留意点

【課題2】 三つの部における学校・顧問・外部指導者の連携事例（成功事例）からみた、本校としての今後の部活動に関わる留意点づくり

『取り組み（調査）のポイント』

- ①当該三部の部活動が抱える強みの列挙と分析
  - ②本校が持っている強み（特徴）について（運動部で学年の30%、72名が県内就職）
  - ③本校が行っている年度初めの部活動顧問会および日常の連携体制について
  - ④部活動において、生徒一人一人が目標や役割、協力し合う姿勢を持ち、自己効力感を得ることのできる部活動づくりに必要な留意点について（アンケート調査）
- 挙げていきたい。

## 2. 課題解決に向けた調査・取り組み内容

(1) バドミントン部は、地域のスポーツクラブで本校の顧問から一貫した指導を受けている生徒とそれ以外の生徒の混在した環境になっている。そのような中、外部指導者と3人の顧問が連携をとることで全国につながる選手の育成に成功している。アーチェリー部においても、全国実績のある顧問と、自らも競技実績のある外部指導者に導かれ、東北大会や全国大会での実績を残すことに成功している。また、今回、調査の対象となった三つの部とも外部指導者は本校の卒業生である。

(2) 本校の卒業生の30%が、運動部活動出身者でかつ県内就職者である。人数にすると70名強の卒業生を運動部活動の経験者として地域に輩出しているという他校には無い強みを持っている。例えば、サッカー部やバスケットボール部などでは、ほぼ毎年10名程度の卒業生が県内に就職しているということになる。

(3) 本校では、年度初めに部顧問総会およびスポーツ後援会評議委員総会（部活動の後援組織との連絡会）を開催し、折に触れて学校代表（校長・教頭・後援組織のリーダー・生徒部活動代表）と顧問、外部指導者が情報交換や意思統一を図る機会を設けている。そのなかで、①情報交換および連絡調整、②相互補完、③協働などについてもテーマとしてあげながら風通しの良い環境がつけられているといえる。

(4) 外部指導者と顧問からの日常気をつけている留意点をあげると、双方で同じような内容が示された。

- ・学校部活動である以上、家庭環境や経済環境に左右されず、一人一人の生徒の部活動における達成目標と、競技成績の目標を両輪として活動をおこなうことを心がけている。
- ・生徒の多様な運動経験・習熟度の差など、また最近ではソーシャルスキル面での課題などについても、複数顧問と外部指導者の複数体制を生かしながら決して一人で抱え込むことなく指導を行うことが、部活動の競技成績を得る上でも近道になっていると感じることが多い。

## 3. 本調査研究から得られた成果

本校は、本校の部活動のみならず、地域連携においても運動部活動を柱とした大きな強みを持っていることがわかった。また、校務および外部指導者との日程調整など難しい点もありながら、双方で立場を理解し合い、総会への参加や、校長や後援組織、学校代表との交流の場をもつことが生徒への良い影響となることを双方の話しを聞く中で感じることができた。この結果が2.の(4)として現れていると感じた。

## 4. 今後の課題

本校が地域の運動部活動指導者の人材バンクとなり、地域に貢献できる可能性がありながら、まだそのような状況になっていないという点を課題と感じることができた。また、そのように、運動部活動に関わって行く人材を育成していくためにも、運動部外部指導者の部活動指導者としての地位を明確にするため、様々な他県や研究の事例に触れることが重要であると感じることができた。

外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 福島県教育委員会

電話番号 024(521)8409

メールアドレス

k.kenkoukyouiku@pref.fukushima.lg.jp

実践事例校 棚倉町立棚倉中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本県においてホッケーは特殊な競技であり、一般での認知度も低い。本校のホッケー部は県内で唯一のチームであり、高校のチームも県内に1校しかない。ホッケーの競技経験者のある中学校教員は本校に一人もおらず、指導経験のない教員が顧問を持たざるを得ず、外部指導者の存在がなければ、指導が困難な状況が続いている。

また、専門的知識をもった外部指導者の派遣がなければ、競技力の維持・向上を図れない状況である。

『取組のポイント』

県ホッケー協会及び町のホッケー協会の事務局が本町内にあり、競技経験のある社会人が中学校、高校の指導に携わり、指導にあたるという体制がホッケー部創部以来ある。本事業においてもホッケー協会から推薦をうけた外部指導者を選定し、派遣を受けている経緯があり、連携を図っていく。

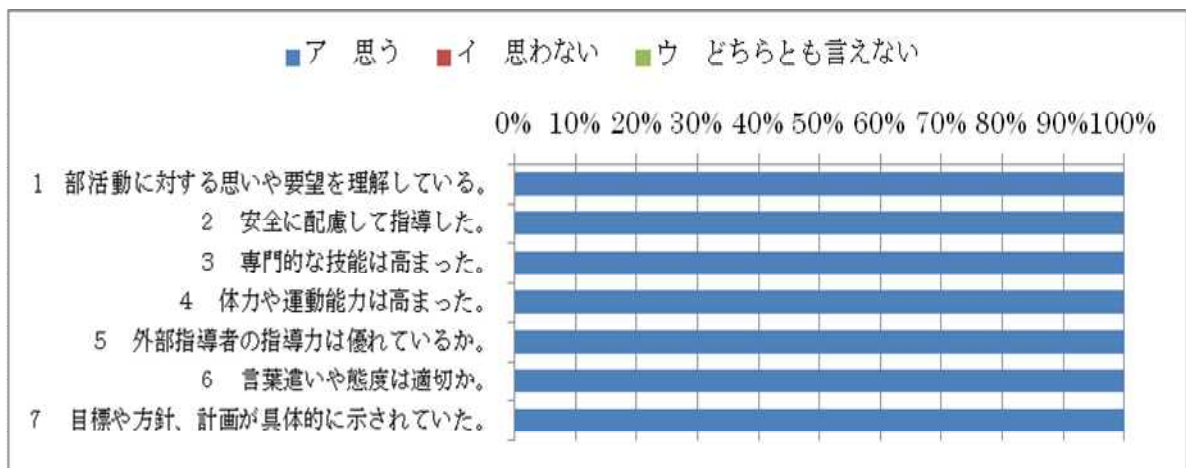
2 課題を解決するために取り組んだ内容

- (1) 技術的な指導を行える外部指導者を、県教育委員会が委託し、2時間程度の指導を15回できるようにした。
- (2) 本校の運動部活動の目標・方針をもとに、顧問と外部指導者が連携して部活動の指導・運営にあたる体制を構築し、安全の確保と競技力の向上をめざした。
- (3) 指導後には、顧問と外部指導者で生徒の活動状況や練習メニュー、強化ポイントなどについて綿密に打合せを行い、指導につながりを持たせるよう留意した。
- (4) 練習試合の様子を撮ったビデオをもとに生徒が戦術や自分たちのパフォーマンスについて試合を振り返る機会を意図的に設定した。その際には、より深まりのある話し合いができるように、外部指導者からも専門的な知見に基づく助言を求めるようにした。
- (5) ホッケー部は県内で唯一のチームであることから、練習試合の経験が少なくなってしまうので、外部指導者の所属する社会人チームと練習試合を行い、経験を積ませた。
- (6) 顧問がホッケーの専門的な指導経験がないという実態はあるものの、外部指導者の協力を得ながら指導できる体制整備をしていることを保護者に周知するとともに、部活動の運営状況や活動実績等について説明する機会を設け、保護者との連携・協力による支援体制づくりも併せて構築できるように努めた。
- (7) 外部指導者の指導の状況について、生徒及び顧問にアンケート調査を実施し、本事業の成果の検証を行った。



### 3 本調査研究から得られた成果

- (1) 外部指導者は自らも競技者であり、的確な助言や技術の指導ができる。そのため、生徒たちも素直に指導を受け、熱心に練習に励み、技術を身につけることができた。また、戦術等に関する知識も豊富であり、チームとしての競技力が向上した。
- (2) 外部指導者の指導により、生徒たちの練習への意欲が増し、技術面、戦術面での向上が見られた。生徒アンケートの結果は下表のとおり。
- (3) 戦術の理解度が高まり、試合中の他者に対するコーチングの声を出すようになり、ミーティングでも積極的に意見を出し合うようになった。
- (4) JOCジュニアオリンピック第44回全日本中学生ホッケー選手権大会において、男子はベスト16、女子はベスト8と好成績を収めることができた。



### 4 今後の課題

- (1) ホッケーの指導者不足が課題となっているので、外部指導者の派遣により、継続的に指導をしてもらいたい。
- (2) 指導経験のない教員が顧問となった場合でも充実した活動ができるよう、外部指導者からの専門的な指導・助言をもとに、部員が主体的かつ効果的な練習を実践できるまで活動の質を高めていきたい。



○地域のスポーツ指導者等を活用した運動部活動等の充実  
～外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方検討実践例～

教育委員会名 石川県教育委員会

電話番号 076(225)1853

メールアドレス i-sports@pref.ishikawa.lg.jp

実践事例校 金沢市立高岡中学校

## 1 課題及び取組のポイント

### 『課題』

本校は学校規模が大きく、生徒数が多いため、部活動の数も多い。部活動には、全員が加入することとしており、生徒はそれぞれの興味や関心に応じて、希望する部活動に参加し、活動を行っている。部活動の指導は、管理職以外のすべての教員が顧問となり、日々指導にあたっているが、より部活動の活性化が求められる現状がある。

### 『取組のポイント』

本校の教育方針において「部活動、生徒会活動を柱に自治能力育成を推進する」ことを掲げ、重点努力目標において「部活動を通して、生徒の自主性と自立心を育てる」こと、目指す生徒像においては「自ら学び、責任をもって自主的に行動する生徒」を掲げている。今回の実践研究により、部活動において、キャプテンやリーダーの育成をはかり、生徒の主体的な活動をより充実させたいと考えた。

## 2 課題を解決するために取り組んだ内容

### (1) スポーツ指導者活用委員会の設置

(構成メンバー) 学校長、教頭、部活動担当、地域のスポーツ指導者派遣対象部活動の顧問

(内容) 事業研究の推進や研修会の企画及び運営などの検討、実施

学校長、教頭等を中心とした「スポーツ指導者活用委員会」を設置し、本事業の取り組みを推進するため、研修会の企画や運営等について検討を行った。

### (2) 地域のスポーツ指導者による指導の充実

(地域のスポーツ指導者を活用した部活動：4部活動)

男子バドミントン、女子バドミントン、剣道、  
男子ソフトボール

(派遣回数) 年間20回 (H26.5.12～H27.1.31)

(内容) ①生徒への指導の充実

チームリーダーの条件、専門的な技術の指導、  
練習の進め方についての指導、選手としての大切な心得など

②スポーツ指導経験の少ない顧問(専門的な知識を有しない顧問)への指導の充実

チームリーダーを育成するための指導補助、日常の練習メニューへのアドバイス、  
専門的な技術についての指導等

### (3) 保護者会への理解促進、充実

全運動部及び希望する文化部に保護者会を発足させ、保護者の皆様に部活動の目標、取り組み等についての説明等を行い、活動に対しての理解を求めた。

- ・保護者会代表者会(年2回開催)
- ・保護者会幹事会(年2回開催)
- ・保護者会(年2回以上：全運動部と希望文化部)



(4) 部活動対抗駅伝大会の実施（第1回大会はH26.3.1に実施）

- ・部活動の活性化、部員の交流等を目的に、第2回部活動対抗駅伝大会（H27.2.28）を実施。運動部・文化部を問わず参加を呼びかけ、男女別にチーム（6人）を編成し、学校周辺の特設コースを使って駅伝大会を実施した。

(5) 安全講習の実施（H26.7.29、H26.7.30） 2日間：約90分

- ・救急処置の方法、一般的な救急処置の方法、心肺蘇生法を行うべき時と観察の仕方、AEDを使った心肺蘇生法の手順等について、日本赤十字社石川支部から講師を招聘し、地域のスポーツ指導者及び学校教職員、生徒を対象とした安全に関する講習会を実施した。



### 3 本調査研究から得られた成果

○選手としての大切な心得やチームリーダーの条件などの教えを参考に、生徒の競技力が向上し、強いチームを育成することができ、大会での成績が向上した。

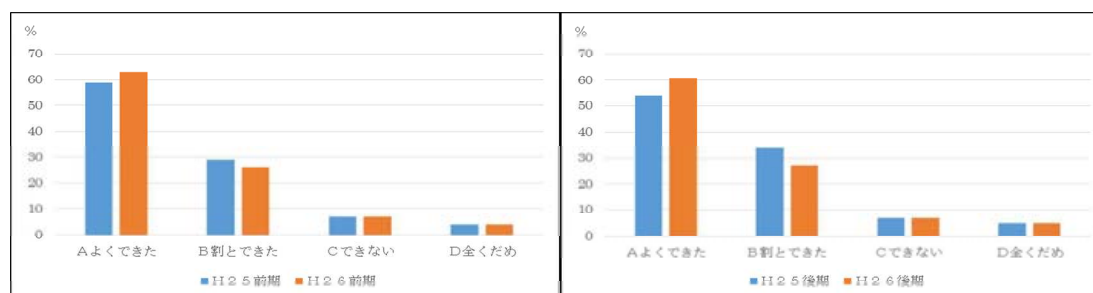
全国大会出場	北信越大会	県大会		その他
バドミントン	バドミントン(優勝)	バドミントン(優勝)	陸上(入賞)	剣道が市新人大会において21年ぶりの団体優勝
硬式テニス	硬式テニス(優勝)	硬式テニス(優勝)	ソフトテニス(入賞)	
	陸上(出場)	剣道(入賞)	卓球(入賞)	

○地域のスポーツ指導者の指導から個人ならびチームとしての技術や戦術を学ぶことができた。

○日々の健康管理の必要性について学ぶことができた。

○地域のスポーツ指導者と顧問がより緊密に連携することで、生徒が高い集中力を維持した中で練習を積むことができた。

○生徒への意識調査で、「部活動にまじめに参加し、楽しく活動することができた」の項目において「よくできた」と解答した生徒の割合が、前・後期とも前年度を上回っていた。



### 4 今後の課題

○地域スポーツ指導者の派遣を受けた部活動が本校を代表する運動部活動となり、さらなる指導の工夫・改善を進めることで、そのメソッドを広く他の運動部活動に広めていくこと。

○安全・健康について、地域のスポーツ指導者や教職員及び生徒が、引き続き安全に関する研修を深め、実践力を身に付けていることを継続すること。

○部活動の部長を集めて開く部長会などを活用して、生徒達が自主的・主体的に部活動を活性化していくこと。

○保護者会を活発にして、地域のスポーツ指導者も含め、顧問と協働しながら生徒の活動をサポート体制を構築していくこと。

## 外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 福井県教育委員会

電話番号 0776(20)0598

メールアドレス sports@pref.fukui.lg.jp

実践事例校 越前町立織田中学校

### 1 課題及び取組のポイント

#### 『課題』

専門的な技術指導者（卓球競技経験者）不在校（本校）において、運動部（男子卓球部）顧問が、地域スポーツ指導者の協力を得て生徒の競技力の向上を図り、部活動の活性化を目指す。

#### 『取組のポイント』

「地域スポーツ指導者連絡会」を設置し、文科省のガイドラインに基づき、運動部活動の意義、学校教育目標や部活動の取り組み状況の説明、今後の活動計画や大会出場予定の確認後、指導方針等の共通理解を図った。必要に応じて各委員がミニ会合（報告・相談・連絡）を持ち、対応策を検討していった。本校では、男子卓球部を中心とした取り組みであるので、職員会議で適宜報告し、全教職員の共通理解を図り、他の運動部へのよい刺激となるようにした。生徒自身に部活動の内容を考えさせる場として、部長・副部长・学年部長会を密に開き、顧問や地域スポーツ指導者に対して、部員の意見を発信できるようにし、生徒評議委員会で取り組みを発表するなど、自主的な部活動の意欲喚起に努めた。管理職は、適切な指導を継続するため部活動中の激励・巡回を行い、顧問は、地域内の指導者や競技者、保護者との連携に努め、指導に活かせる情報収集に心掛けた。

### 2 課題を解決するために取り組んだ内容



#### 「地域スポーツ指導者連絡会」

地域スポーツ指導者と校長・教頭・保護者代表（各学年）・顧問で、部活動の実態や要望・指導計画等について、話し合いをした。



#### 「生徒評議委員会」

生徒会役員・執行委員・学級委員・各部部長・各委員会委員長が出席して、活動状況や課題を発表し合い、改善策等の共有化を図った。



#### 「安全を確保するための指導や工夫」

地域スポーツ指導者による指導の際も、常に顧問が全体を見て安全面の配慮をした。（左写真）

適時、必要な助言を全体にし、集中力を切らすことなく、安全な練習ができるようにした。（右写真）



### 「工夫した指導や練習方法」

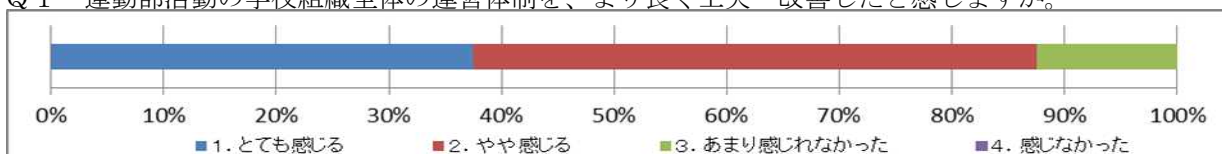
初心者には、基本のフォームや基礎的な打法をマンツーマンで徹底して指導した。（左写真）

中・上級者には、個のレベルに応じた実践練習で攻撃方法のバリエーションを増やした。（右写真）

## 3 本調査研究から得られた成果

〈アンケート調査結果〉

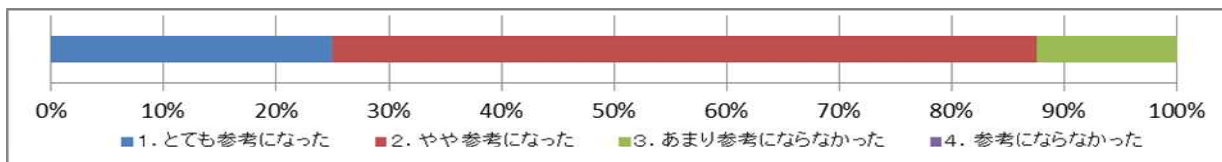
Q1 運動部活動の学校組織全体の運営体制を、より良く工夫・改善したと感じますか。



Q2 「地域スポーツ指導者連絡会」を設置して、指導体制の協力は図れたと思いますか。



Q3 校内の部活動顧問対象の研修会は、その後の指導の参考になりましたか。



〈成果〉

顧問との事前打ち合わせにより、地域スポーツ指導者による技能の基礎から発展までの段階を追った指導が行われ、生徒達自身が、自分の技能面での習得レベルを知ることになり、つけるべき技能レベル目標が明確になった。それにより、個人のレベルに応じた技能習得目標ができ、基礎練習への取り組みが主体的なものに変わってきた。また、リーダー会（校内全部活動の部長・副部長が参加）で、男子卓球部の基本を重視した技能習得練習を紹介することにより、各部に、基本練習の大切さや、個人の技能習得レベルに応じた練習目標設定の有効性を再認識させることができた。

## 4 今後の課題

地域スポーツ指導者からの助言による自主練習は主体的にできるようになったが、生徒たちが自分のチームに欠けている点などを見つけ、そのことについて地域スポーツ指導者からの助言を受けるといった点が、まだ不十分である。練習時間をより多く確保したいという意欲が高まった分、部長・副部長・学年部長の自主的な課題検討会や部員全員による話し合いの時間が十分取れていないので、今後はその点についても顧問と部長達との共通理解を進めたい。更に、管理職の部活動中の激励・巡回による運動部活動の取り組み状況観察による助言活動により、運動部全体の指導体制を活性化していくことを継続していきたい。



## 実践事例テーマ

外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 新潟県教育委員会

電話番号 025(285)5511

メールアドレス

kitayama.tomohiro@pref.niigata.lg.jp

実践事例校 燕市立燕中学校

## 1 課題及び取組のポイント

### 『課題』

運動部活動等を指導できる専門性をもつ教員の減少や学校における設置部活動と顧問教員の専門種目の不一致等により、専門指導者が不足している。地域スポーツ指導者の活用について研究を行い、生徒の技術力や意欲を向上させることが課題である。

### 『取組のポイント』

運動部活動等の活性化を通して、生徒がスポーツの楽しさ、爽快感、達成感などを体験する活動を豊かにすることにより、生涯にわたりスポーツに親しむ基礎を養うとともに、体力の向上に資することを目的とする。

## 2 課題を解決するために取り組んだ内容

### ①『学校のニーズ調査』

- 学校のニーズを把握するために、どの運動部活動等の指導が必要であるか調査を実施した。
- 剣道部、体操競技部、バドミントン部、ソフトテニス部、それぞれの部の指導が必要であることが分かった。

### ②『学校のニーズに応じた運動部活動等での地域スポーツ指導者の調査』

- それぞれの部を指導してくださる専門指導者を地域に情報を求めて探した。
- 学校や教育委員会社会教育課などの関係機関にも情報提供を依頼して、適切な地域スポーツ指導者を調査した。

### ③『学校のニーズに応じた運動部活動等での地域スポーツ指導者の活用』

- 地域スポーツ指導者から指導助言を仰いだり共に練習していただいたりした。
- 試合の前には、心構えやメンタル面の指導や応用技能の指導をしていただくなどした。



### ④『事業評価のための資料収集』

- 事業を評価するために、生徒や顧問教員へのアンケート調査を実施した。
- アンケート調査の結果及び各種大会等の成績などを基に事業の振り返りを行い、有識者から助言をいただいた。

### 3 本調査研究から得られた成果

#### ①『生徒の技術力の向上』

- 剣道部 全国大会優勝、県大会・北信越大会優勝
- バドミントン部 県大会団体準優勝（男子・女子）、県大会女子個人ダブルス優勝
- ソフトテニス部 北信越大会団体3位、北信越大会個人5位

#### ②『生徒の意欲の向上』（アンケート調査より）

- 顧問の指導とは別な角度からの指導で、新鮮さがあった。
- 経験豊富な方だったので、信頼できた。
- 補助をしてもらえるので、難しい技にチャレンジできた。

### 4 今後の課題

生徒の技術力及び意欲の向上により、部活動が活性化したと顧問がとらえている。顧問自身の指導力も併せて向上したと実感している。今後は、地域スポーツ指導者の活用によって得られた、この成果を、体育の授業など学校教育全体を通して生徒に還元し、生涯にわたりスポーツに親しむ基礎を養うとともに、体力の向上に資するよう努めなければならない。

外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討の実践例

教育委員会名 三重県教育委員会

電話番号 059 (227) 5245

メールアドレス 227-5245@city.tsu.lg.jp

実践事例校 津市立西橋内中学校

1 課題及び取組のポイント

本校には、小学校時代にスポーツ少年団などを通して競技スポーツに取り組んできた生徒が多い。中には入学前から中学校の部活体験という形で練習に参加してきた生徒もいる。しかし、中学校入学とともに、徐々に地域との関わりが少なくなってしまう、交通マナーを守れない生徒や挨拶をしない生徒がいるという声を地域の方からいただくようになっていた。そこで、地域の方や保護者のニーズに応えるためには、地域とのつながりを大切にし、今まで以上に専門的な指導が必要であると考えた。また、技術指導だけでなく、日常生活における礼儀やマナーを大切にする指導を大切にして取り組んできた。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

男女バスケットボール部

地域連携と専門的な指導という課題を解決するために、地域在住の、バスケットボール選手として中学高校で活躍された方をコーチとして招聘した。地域の人材を活用することにより、地域の中心としての学校の役割を意識し、生徒はその地域の一員であるという自覚を強めることができた。その結果として、あいさつ等、地域の方とのコミュニケーションを深めることができ、部活動の成績や活動の様子にも関心をもっていただけるようになった。例えば年始のOB・OG戦には、保護者のみならず地域の方も応援に来ていただけるようになった。また、地域の方に見守られているという安心感が強まり、部活動により集中して取り組める生徒が増えてきているように思われる。地域の一員としての自覚が高まったことよって、積極的に地域活動にも取り組むようになった。夏休みには、街頭募金活動を市内の駅周辺で年に1回実施し、本校が中心となり、津市内の他の中学校にも参加を呼びかけた。他にも校区内地域清掃を実施し、ボランティア活動に取り組んでいる。

ソフトボール部

数年前から、西橋内地区文化スポーツクラブで校区の小学校にソフトボールのチームが発足し、小学校のときからボールを握ったりバットを振ったりという習慣ができるようになった。それに伴って、より専門的な指導を必要とすることになり、外部指導者として経験豊富な方をコーチとして招聘した。また今年の夏から部員数の減少により近隣の中学校と合同チームを組むことになり、指導者が増え、生徒に指導をする機会が増加した。地域の小学生と練習をともにしたり、今年度はOG戦を保護者とともにしたりするなど地域との連携も深めてきた。また、部活動の応援や見学に来ていただいた方には積極的に挨拶するように指導し、地域の方とのコミュニケーションも深めていけるようになった。

## 男女卓球部

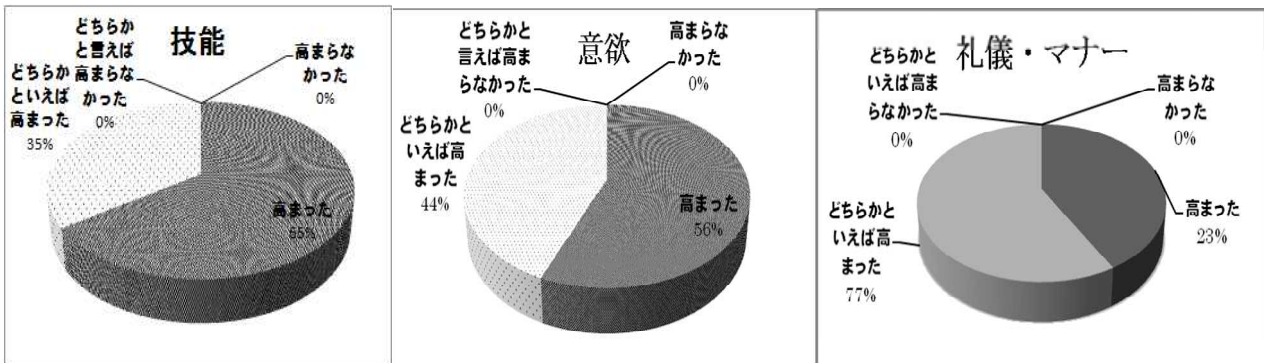
部員一人ひとりの技術向上や精神力の向上を願い、コーチ経験が豊富で現在も現役でプレーされている方をコーチとして招聘した。専門家であるからこそ、生徒のレベルに合わせて適切な指導をしていただくことができた。マンツーマンでの技術指導、練習試合でのアドバイス等により部員一人ひとりの技能と意欲が高まり、中学校から卓球を始めた生徒も大会で入賞できるようになった。また、顧問と外部指導者は一体となって、チームワーク・道具の準備や後片付け・挨拶等の礼儀を最優先にすることを共通理解し指導にあたっている。年末のお楽しみ会や、年始には外部指導者・保護者・部員が共に卓球を楽しむ会等の参加者も年々増えている。

### 3 本調査研究から得られた成果



地域の人材を活用することで、生徒の意欲や技術面が向上するだけでなく、本校の部活動指導基本方針にある「部活動だけでなくボランティアなど地域の活動も積極的に進める」という目的とも合致し、地域の一員であるという自覚を育てることができた。実際、地域の清掃活動には、男女バスケットボール部・ソフトボール部・卓球部の部員 55 人のうち、約 8 割にあたる 45 人が参加し、そのことが学校全体に良い影響を与え、他の部活動でも参加する生徒が増えてきている。

地域の清掃活動（ゴミ拾い）の様子



アンケートの結果によると全員の生徒が「技能」、「意欲」「礼儀・マナー」すべてにおいて、「高まった」「どちらかといえば高まった」に回答している。さらに、多くの生徒が外部指導者への感謝の気持ちを書いている。

### 4 今後の課題

現在の部活動は新学習指導要領の中で教育課程の一環として位置づけられているが、生徒・保護者の中には、自らを成長させる手段としてではなく、趣味の延長と捉えている場合が少なくない。その為、生徒・保護者と外部指導者・顧問の間で温度差が生じており、熱心な指導を望む生徒・保護者と、そうでない生徒・保護者の両方のニーズを解決するための方法が早急に求められている。今後は、一つのクラブ内に、より専門的な技能習得を目指すアスリート・芸術部門とスポーツや芸術に親しむチャレンジ部門を併設する等の工夫が必要になってくる。実際に、県外の中学校ではそのような取り組みを始めているところもあるので参考にしていきたい。



「外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例」

教育委員会名 京都府教育委員会

電話番号 0771-22-0679

h-takada@edu.city.kameoka.kyoto.jp

実践事例校 亀岡市立高田中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本校は男女別に考えると運動部が10部設置されているが、校長、教頭を除いた教員数は10名しかいない。複数の部で男女を一緒に指導するなどの工夫をしてはいるものの、すべての部の指導を顧問2名体制で行うことは不可能であり、顧問1名の体制で指導にあたっている部が複数存在する。そのため、会議や出張等があると、顧問不在の状態では活動せざるを得なかったり、大会や試合の引率を1名の顧問で行わなければならない状況であり、活動時の安全管理に課題が見られた。また、そのような少ない指導者数では、専門性のある者を顧問に配置できるとはかぎらず、競技力向上の面でも課題が見られた。

『取組のポイント』

- ・本事業により外部指導者を活用し、顧問2名体制の部を増やすことで、安全面の向上を図る。
- ・競技の専門性をもった外部指導者を活用することで、競技力の向上を図る。
- ・外部指導者の活用によって、学校全体として運動部活動の活性化を図る。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

- (1) バasketボールに関する専門性をもった教員がいなかったため、男女それぞれのBasketボール部に専門性をもった外部指導者を配置した。またその際、運動部顧問連携会議を開催し、本校の学校経営目標、部活動方針、運動部の現状の理解を求め、指導方針の合意を図った。
- (2) 2名の外部指導者を男女それぞれのBasketボール部に配置し、それ以外の部のうち部員数の少ない部（卓球部・ソフトテニス部）や男女一緒に練習できる部（陸上部）を男女一緒に指導することで、ほぼすべての部に2名の顧問を配置した。
- (3) 「顧問2名体制で部活動を展開すること」「専門性をもつ外部指導者の指導の様子を他の顧問や生徒が身近で見ること」「常日頃から外部指導者と外部指導者を配置していない部の顧問が連携をとること」などで、学校全体として運動部活動を活性化させるように心がけた。
- (4) 外部指導者に体幹トレーニング等のメニューを作成してもらい、全運動部合同トレーニングを実施した。



運動部顧問連携会議



外部指導者による技術指導



合同トレーニング

### 3 本調査研究から得られた成果

(1) 男女それぞれのバスケットボール部に専門性をもった外部指導者を配置することで、生徒たちの練習に対する意欲の向上が見られ、部活動が活性化するとともに、競技力を向上させることができた。

男女バスケットボール部員(男子13名・女子12名)に対するアンケート結果

[A: 当てはまる B: やや当てはまる C: やや当てはまらない D: 当てはまらない]

①毎日の練習は楽しい

男子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	15%	31%	38%	15%
取組後	31%	46%	15%	8%

女子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	17%	17%	42%	25%
取組後	25%	42%	25%	8%

②練習中に戸惑うこと(プレー面・健康面)が多い

男子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	46%	31%	23%	0%
取組後	0%	23%	54%	23%

女子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	58%	33%	8%	0%
取組後	8%	42%	42%	8%

③練習によって自分の技術は向上したと思う

男子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	15%	62%	15%	8%
取組後	46%	46%	8%	0%

女子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	17%	50%	17%	17%
取組後	33%	42%	25%	0%

④練習によってチームの力は向上したと思う

男子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	8%	15%	62%	15%
取組後	54%	38%	8%	0%

女子バスケットボール部				
	A	B	C	D
取組前	0%	17%	42%	42%
取組後	25%	50%	25%	0%

(2) 外部指導者の配置や指導体制を工夫することで、ほぼすべての部が顧問2名の体制で指導できるようになり、部活動時の安全管理面を向上させることができた。また部活動時に会議や出張があってもどちらか1名の顧問は指導にあたることなど、指導体制が充実したことにより、学校全体として運動部活動を活性化させることができた。

(3) 「競技の専門性だけでなく、トレーニング等の知識も持つ外部指導者の指導を身近に見ること」「競技をこえて練習メニューの相談・連携ができるようになったこと」「合同トレーニングを実施したこと」などで、学校全体として運動部活動を活性化させることができた。

(4) 顧問2名の体制で部活動の指導に当たることは、運動部活動に対する保護者や地域からの信頼を得ることにつながった。

### 4 今後の課題

本事業によって、本年度は運動部活動を充実、活性化させることができた。来年度以降の状況を考えた場合、生徒数は年々減少していくことから、教員数が増加するとは考えられず、本年度と同じ課題を抱え続けることになる。部活動の精選を行っていく計画ではあるが、継続して外部指導者の協力を得て、全運動部の指導に複数名の顧問にあたることのできる体制づくりと、それに伴うさらなる運動部活動の充実、活性化を図っていきたい。

「外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例」

実践事例校 宇治市立西小倉中学校

全校生徒数 332名(男 179名、女 153名)

競技 女子バレーボール 部

1 課題及び取組のポイント

『課題』

地域の小学生バレーボールが盛んで、優秀な生徒が入部してくる。熱心な顧問もいるが、さらに専門性の高い指導者の指導の下、競技力の向上を図っている。他の部活動の顧問も熱心に活動しているが、競技成績が上がらず、技術的指導だけでなく、マネジメントにも課題があると思われる。部活動顧問が互いに交流したり学び合う機会がなく、そのような組織も確立されていない。

『取組のポイント』

「特定運動部の活性化に学ぶ指導体制づくり」(特色型)に焦点を当て、運動部顧問連携会議を新しく立ち上げ、外部指導者の特定運動部(女子バレーボール部)に対する指導から、他の運動部顧問部活動顧問が互いに交流したり学び合う機会がなく、そのような組織も確立されていない。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1)「特定の運動部の活性化に学ぶ指導体制づくり」(特色型)

運動部顧問連携会議を設置し、外部指導者による特定の運動部(女子バレーボール部)への指導を通じて活性化と競技力の向上を図り、その専門的技術指導やマネジメント等を、他の運動部顧問が学ぶ機会を企画・立案して実行することにより、学校全体の部活動の活性化を生み出す組織作り。

・特定の運動部への指導

体力・運動能力調査の結果と分析に基づいた体力トレーニングを実施している。また、外部指導者が考案し、作成した器具で体幹を鍛えるトレーニングを行っている。特に、股関節と肩甲骨を意識したトレーニングメニューを中心に行っている。さらに、週に一回、近くのトレーニングジムにも通い、パワーアップを目指している。

専門的な技術指導では、全員がジャンピングサーブを習得し、柔軟なレシーブを身につけ、多彩な攻撃バリエーションで、生徒の興味を引く指導により、よい成績をおさめることができた。試合中も、外部コーチとして適切なアドバイスを行っている。



ジャンピングサーブ



コーチ自作の工夫した器具



バレーボール部の練習風景



競技力向上(宇治大会優勝!)

・運動部顧問連携会議での外部指導者の実践発表や交流

外部指導者から、マネジメントについて学び、中・長期的な練習計画から日常の練習計画の作り方などを学んだ。次に、工夫した練習方法を紹介していただき、特に、外部指導者が考案した器具を使った練習方法が大変参考になり、また、股関節（ワニ歩き、カニ歩きなど）と肩甲骨（肩甲骨体操）をうまく使って、最大限のパワーを出す練習方法は、どの種目においても共通することであった。この練習を各部活動が取り入れるようになり、陸上部では走り幅跳びで全国大会に出場する選手も生まれた。

さらに、安全確保の取り組みも紹介された。夏季には適度な休憩を挟み、水分補給を意識して行っていること、塩分をとらせていること、生徒の丁寧な体調観察を行っていること、毎日の練習ノートを書かせて体調の管理を行っていることなどが紹介された。小学生との合同練習会も参考になり、各部活動顧問が意見交流をすることにより、有意義な運動部顧問連携会議となった。



試合中の水分と塩分補給



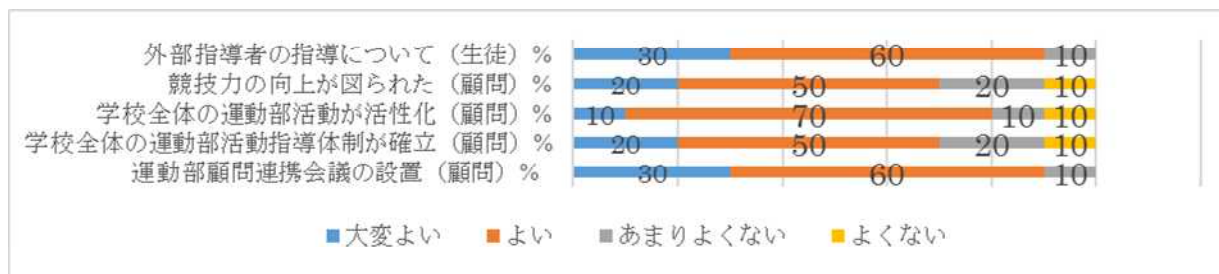
陸上部から全国大会出場



小学生との合同練習会

3 本調査研究から得られた成果

- ・運動部顧問連携会議を設置し、学校全体の部活動指導体制を構築することで、顧問同士が交流し、部活動指導の方向性が明確になった。学校組織としての部活動を見直すきっかけにもなった。
- ・外部指導者の指導技術やマネジメントを顧問が学ぶことで、指導技術の向上を通じて運動部活動の活性化につながり、競技力の向上がみられた。
- ・運動部顧問連携会議を通じて、顧問の役割について再認識できた。生徒個々の把握、活動計画の立案と実践、安全面の管理、集団活動の管理（生徒指導上）、校外での活動に関する配慮や指導など。
- ・バレーボール部の生徒が熱心に活動するようになり、競技力が向上した。



4 今後の課題

運動部活動は学校教育の一環として行われるものであることから、その運営や指導については顧問のみに任せることなく、運動部顧問連携会議等を開催し、教職員間で運営や指導の方法についての意見交流や研究をさらに深めることが必要である。運動部顧問連携会議の設置はできたので、学校や生徒のニーズにあわせて、継続して外部指導者の協力を得て、共に取り組んでいきたい。

「外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例」

実践事例校 精華町立精華南中学校

全校生徒数 200 名（男 100 名、女 100 名）

競技 女子ソフトテニス部

1 課題及び取組のポイント

『課題』

競技における専門性を持つ指導者不在による、活動のマンネリ化、生徒の競技力向上意欲の減退。

『取組のポイント』

- ・地域・学校密着型の外部指導者を選定することにより、学校の状況や、それまでの流れを配慮しつつ部活動を活性化させる。
- ・休日の活動だけでなく、放課後の活動での指導をお願いすることで、指導の連続性を持たせ活動の安定を図る。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 地域人材の活用

①地域在住の方への外部指導依頼

学校評議員やPTA役員の実験もあり、地域とのつながりが深い。また、本校卒業生などの指導経験もある。これまでの本校の活動の流れも熟知しており信頼性が高い。

②地域のソフトテニス練習会への参加

地域で活動しているソフトテニスの練習会へも参加した。外部指導者もその練習会に参加している。

(2) 指導検討会議の実施

①練習計画の作成検討（月間計画、週単位での計画、1日の練習計画）

練習計画を外部指導者と協力して作成し、部員のニーズや状況に沿った練習を行った。また、対外試合などにおいても、ウォーミングアップからゲームの作戦まで細かい打ち合わせを行った。

②生徒についての共通理解

女子の部活動で起こる特有の人間関係の課題や、体調面による不調など生徒の状況について共通理解を図り指導に生かした。

③活動の安全対策

熱中症予防対策として、万が一の場合の行動のあり方、連絡の方法について、キャプテンを中心に徹底を図った。また各クラブボックスに、熱中症についての対処リーフレットを掲示した。本校養護教諭（日本赤十字社インストラクター）指導のもと、AEDを用いた救命救急の講習会を行った。

(3) 顧問連携会議

①男子ソフトテニス部との合同練習計画の作成、実施

本校にはテニスコートが2面あるが、1面は形成不十分であり、オールコートでの練習には危険を伴う。そのため、練習の効率や、基礎技術の定着を図るため、男子部と合同で練習を行った。学年別、ポジション別、ランク別とパターンを変えて、定期的に行った。

②全部活動顧問による活動交流。

定期的に合同会議を持ち（職員会議の後の時間などを活用）各部活動の活動状況の交流を行った。



### 3 本調査研究から得られた成果

#### (1) チームワークの向上による活動の安定

生徒が外部指導者に寄せる信頼は厚い。外部指導者は本校の学校評議委員を務めており、学校行事や学校公開日の授業参観などにも積極的に参加している。そのため、部活動以外の場面で、生徒の様子を知ることとなり、テニス以外の様々な話題で生徒をフォローしてくれている。また、生徒達の母親よりも少し上の世代ということで、親しく話し、心の悩みをうち明ける生徒もいる。

また地域の情報にも精通しており、テニスの指導について様々な情報を提供してくれる。

自身が所属する地域の練習会にも積極的に生徒の参加を促し、テニスを通して幅広い世代の人との交流を持つことができています。社会人の中で活動をさせてもらうことで、学ぶことも多い。

#### (2) 自発的・主体的な活動の増加

これまで、きびしい練習や、ランニング等基礎的な体力づくりを取り入れた練習を敬遠しがちだったが、多様な練習機会を設けることができたことで、生徒達の視野が広がり、与えられるだけの練習ではなく、キャプテンを中心に必要な練習を取り入れるようになった。指示待ちではなくなったことから練習効率やモチベーションが上がり、それに伴い技術力も向上した。また、メモを持ってお互いのフォームをチェックしたり、戦法に対するアドバイスなどを行う姿も見られ、練習に臨む姿勢が格段に積極的になった。12人という少人数で臨んだ秋季新人大会では、個人戦優勝、準優勝、団体戦優勝という近年にない好成績を収めることができた。自主的・主体的な取組の成果といえる。



外部指導者による基礎練習の指導



### 4 今後の課題

現在の連携を保ちつつ、今後発展的に展開をしていくためには、部活動の運営や組織についての方向性を十分に確認する必要がある。外部指導者と教職員の間には保つべき距離があると考え、そのラインを在籍する生徒の状態に合わせて決めていくことが必要である。そのラインを十分考慮すべきである。

また、一部活動の指導だけにとどまらず、外部指導者がもつ専門性と指導力を他の部活動にも広めていく機会をもち、学校全体で外部指導者と関わっていくことを模索したい。

「外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例」

実践事例校 井手町立泉ヶ丘中学校

全校生徒数 160名(男93名、女67名)

競技 バドミントン部

1 課題及び取組のポイント

○課題

本校バドミントン部は、バドミントンに熱い思いを持つ生徒と熱心に部活指導を行いたい顧問がいるものの、専門的な知識やスキル並びに経験がないため、生徒たちが十分満足できる活動ができていない。

○取組のポイント

地域の専門的な指導者を招き、顧問の指導意欲の向上、生徒の活動意欲と技術の向上及び地域活動との連携・交流を目指す。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 外部指導者と顧問との信頼関係の構築

ア 月に1回、定期的に生徒の状況や指導方法について情報交換を行い、指導のすれ違いのないようにする。また、気になること、伝えておかなければならないことは、適宜情報交換を行うことにしている。

イ 外部指導者と顧問の意思疎通を適切に行う。また情報の共有化をていねいに実施することで、相互の信頼関係が確立し生徒は安心して活動でき、指導する側もお互いに達成感と充実感を味わうことができる。



練習前ミーティング

(2) 役割分担(技術指導と生徒指導)から生まれる効果的な指導

ア 外部指導者と顧問が、技術指導・ルール・マナー、及び生徒指導等の分野をお互いに理解し役割を分担することで、生徒が部活動での規律等で混乱したり悩んだりしないようにする。そのことにより、外部指導者の専門的な指導やアドバイスが効果的になる。また、保護者の不安も解消され、部活動や学校に対する信頼を向上させることができる。



個別の練習指導

(3) 外部指導者の練習メニュー

ア 練習メニューは、大会やシーズン等により異なるが、本校では、原則として、外部指導者が来校時に、次回までの目標と練習メニューを顧問とキャプテンに説明している。



近畿大会出場

#### (4) 世代間交流会への発展

ア 外部指導者が所属している地域のクラブとジョイントして定期的に中学生が参加する世代間交流会を実施している。この交流会では、日頃の外部指導者からの指導を生かし中学生が小学生に指導を行なっている。

また、高校生・大学生、そして大人とのバドミントン競技を通して、地域の人たちと交流している。そのことにより、生徒が地域やまちを意識し、自分たちの活動が、多くの人や地域から支えられていることを実感するようになってきた。



小学生の部活動体験

### 3 本調査研究から得られた成果

(1) 外部指導者の支援によって、専門的な立場から指導・アドバイスをいただくことができ、顧問の指導力と指導意欲の向上につながった。また、個々の生徒の特徴を的確に把握することができ、個別指導も充実することができた。このような指導経過により、生徒の部活動への意欲向上とともに、バドミントン技術の向上並びに大会の好成績につながった。

○綴喜春季大会 男女とも団体優勝      ○綴喜夏季大会 男子団体準優勝・女子団体優勝

○山城夏季大会 男子団体3位              ○京都府大会 男子団体3位

○男子個人ダブルス 山城大会優勝・京都府大会準優勝・近畿大会出場

(2) 世代間の交流会を実施することで、生徒が様々な人たちに支えられ活動できていることを実感するようになった。

(3) 外部指導者の指導の成果が上がることにより、保護者や地域の方々からの期待が大きくなり、学校における教育的位置付けも向上してきた。しかし、外部指導者は専任ではないため、安定した活動と継続的な指導体制の確保が課題である。

### 4 今後の課題

(1) 学校との信頼関係を構築できる外部指導者を継続的・計画的に配置できることが、最大の教育効果を上げることにつながる。また、外部指導者の活動が、生徒だけでなく顧問の部活動指導の意欲の向上につながっており、その継承が大切である。

(2) 今後は、他の部にも反映させながら、さらに様々な場面で地域との連携した取組を計画・実施し、学校教育の充実を図ることが大切である。

(3) 外部指導者には、指導内容や方法に独自の考えがあるが、学校の実態を十分理解していただき「学校の応援団」として、継続的な活動が重要である。また、世代間の交流会に中学生が積極的に参加することにより、学校・地域連携をさらに推進していきたい。



「運動部活動の活性化を図るための  
外部指導者の活用の在り方について」

実践事例校 綾部市立豊里中学校

全校生徒数 121名（男61名、女60名）

女子ソフトテニス部

1 課題及び取組のポイント

『課題』

専門的な技術指導ができる教員がない状況で、土・日曜日の長い時間の練習や大会でのアドバイスなど、外部指導者の指導が必要である。

『取組のポイント』

技術面だけでなく精神面においても指導してもらうことで、豊かな人間性の育成を目指す。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 競技力の向上を目指す。

- ① 基本的な技術を習得する。
  - ・フォームからの徹底した指導を行った。
  - ・習得しにくい部員にはマンツーマンで丁寧に指導した。
- ② 練習試合を組み入れる。
  - ・競技力向上のため、できる限り練習試合を入れ実践力をつけるようにした。
- ③ 公式戦で力を試す。
  - ・コーチとしてベンチに入り、試合中のアドバイスを行った。

(2) スポーツマンとしての資質を高める。

- ① 礼儀・態度面での指導を強めた。
  - ・ミーティングを適時に持ち、取り組む姿勢から考え方、服装を始め挨拶や返事等態度やマナーの指導を厳しく行った。
  - ・時には、長い時間をかけて一人一人の思いを語らせるなど話し合いを重視し、部内の共通理解を図り信頼関係を築いた。
- ② 安全の確保に配慮した。
  - ・顧問とコーチが連携し、練習の前に必ず打ち合わせを行い、部員達の心身の状態や練習内容について話し合った。
  - ・試合・練習とも、集合時から解散時まで、顧問とコーチがずっと一緒に行動し指導に当たった。



総体 準優勝を喜ぶ部員達



ミーティングの様子

### 3 成果

- ① 効果的な練習のおかげで、市内総体（団体戦）で準優勝することができた。
- ② 他校からの申込みがあり練習試合の回数が増えた。理由として、本校生徒の規律や態度面の良さを挙げる学校が多い。複数校で練習試合を実施した際、全体の場でそのことを褒められたことはうれしい限りである。
- ③ コーチが学校の教育方針をよく理解し、顧問と同じ歩調で部員達の指導に当たれたため、部員達に素直に指導が入り力をつけることができた。
- ④ 運動部顧問連携会議を持ち、体罰禁止等指導上注意することの確認ができた。

### 4 今後の課題

- ① 運動部顧問連携会議を充実させていく。
- ② 運動部キャプテン会議を持ち、部活動活性のための話し合い等を行う。

**「外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例」**

**実践事例校** 南丹市立八木中学校

全校生徒数 166 名（男 77 名、女 69 名）

競技 バスケットボール部(女子)

1 課題及び取組のポイント

『課題』

小学校時より社会体育において競技に取り組んだ生徒も多く、専門的な技術指導を求めている。しかし、顧問の競技歴及び指導歴から生徒の求めに応じるのは難しい状況である。また、他の運動部との連携による、効果的なトレーニングや傷害防止方策の交流が十分できていない状況もある。

『取組のポイント』

「**全校的な運動部活動の活性化に配慮した指導体制づくり（分散型）**」に焦点を当て、全ての部活動において専門的な技術指導ができるようにするとともに、運動部顧問連携会議を通じて、より効果的なトレーニング方法や傷害防止方策を交流することで、生徒が意欲的に部活動に取り組むようにする。また、全校体制で取り組んでいる駅伝大会への参加を促し、顧問・外部指導者も一緒に指導することを通じて、総合的な体力向上と多面的な生徒理解を進め、各運動部での指導に生かす。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

外部指導者を導入することで、全ての運動部で専門的な技術指導をすることができるようにした。また、運動部顧問連携会議や日常的な交流の中で、各種目で実施するトレーニングやメンタルの指導、チーム作りについて互いに学び合うことができた。合わせて、アスレティックトレーナーを招聘して、各運動部の顧問及び外部指導者・代表生徒に対して、熱中症予防や傷害予防、コンディショニングについて講習会を実施した。講習の中身を生かし、給水のタイミングや休養の取り方の工夫により、熱中症の予防に努めた。

顧問及び外部指導者は、アスレティックトレーナーとこの機会だけではなく、他の機会にも相談・指導を受けられる体制をつくり、アドバイスを受けた。

**【練習試合の中での指導】**

練習試合を通じて、実践的な技能を確認しながら、技術の向上を図る。



**【傷害防止のための講習会】**

アスレティックトレーナーから熱中症予防やけが防止に関する指導を各運動部代表生徒、顧問が受ける。



各部の顧問が協力して、駅伝大会に向けた練習をサポートした、全ての運動部員を全ての顧問で指導し育てるという視点でそれぞれの生徒の頑張りを評価した。また、トレーニングの質的向上を図ったり、より科学的な思考への発展のための、意見交流の場と位置づけた。

**【フォーメーションの指導】**

日々の練習において、動きを確認しながら基本的な動き方について指導している。



**【駅伝大会に向けた練習】**

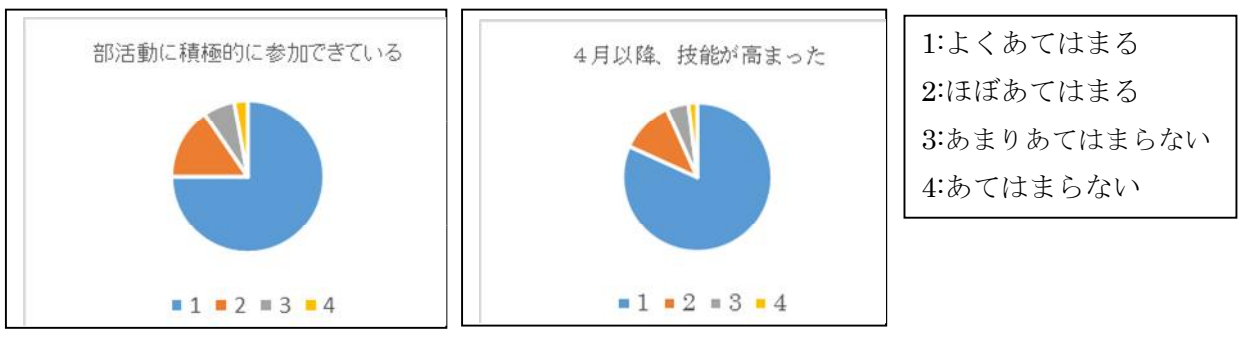
他の運動部員とともに夏休み中も含め、部活動時間に重ならない時間に駅伝練習に取り組み、持久力向上を図る。



3 本調査研究から得られた成果

- ① 運動部顧問連携会議を設置したことにより、各顧問・外部指導者、管理職がともに運動部活動の指導方針を確認し、状況を把握しながら進めることができた。また、日常的な交流の中で効果的なトレーニング方法やメンタル指導などについても交流する機会が増えた。
- ② アスレティックトレーナーの指導を受けたことにより、安全面での配慮が増し熱中症や傷害の防止、科学的根拠に基づく練習への意識が高まった。
- ③ 全運動部で専門的な技術指導ができたことで、生徒の意欲や技能が高まった。
- ④ 各運動部顧問が指導に参加する駅伝に取り組み、生徒の頑張りに触れ、生徒理解が深まった。また、上部大会出場により各競技への意欲が高まり、学校及び部活動の活性化が図られた。

\*生徒のアンケートより



4 今後の課題

今回、外部指導者の派遣により全ての運動部で専門的な指導を行うことができた。次年度以降の教員配置や適切な外部指導者の有無によっては、それが叶わないこともあるため、諸研修を積極的に利用して、指導技能を高めなければならない。また、運動部顧問の日常的な連携を通して、生徒が生き生きと活動できる部活動運営を図り、学校全体の活性化につなげていく。



外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 奈良県教育委員会

電話番号 0742(27)9861

メールアドレス

kodomo-tairyoku@office.pref.nara.lg.jp

実践事例校 生駒市立緑ヶ丘中学校

種目 ソフトボール部

1 課題及び取組のポイント

『課題』

部活動顧問がその競技の経験がない場合の指導について、また、教師の異動により顧問が変わったときに、どのように今までの指導を継続していくか。

『取組のポイント』

地域のスポーツ指導者に協力して頂き、部活動の円滑な推進・活性化を図る。

地域のスポーツ指導者の専門的な指導により、技術の向上を目指す。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

実業団のプレーヤーになられた娘さんを中高と指導され、指導者資格をお持ちの校区内の方に、外部コーチをお願いした。

コーチは顧問とともに、長期計画、中期、短期、週間等の練習メニューを作成するが、指導はおもに補助の立場で参加される。生徒のほとんどが初心者であるので、入学時は基本練習に特に力をいれ、ボールの投げ方、捕り方、バットの握り方、振り方、打ち方、走塁方法、ルールをみっちり教えて下さる。中でもピッチャー育成が一番難しく、2～3人をピックアップして、ブラッシングから始め、ウインドミルで投球できるまで指導される。また、全員にノックトス、シートバッティング、ゲームノック等もされる。技術面だけでなく、部活動を通じて、中学生として、人として大切な事も一緒に身につけさせるため、大きな声で返事をする、挨拶をしっかりとる、素早い行動をする、等の礼儀・生活面についても時には優しく、時には厳しく指導される。

試合中、采配は顧問（監督）が行い、おもに技術面を指導される。「心・技・体とスポーツ選手には大切な要素がありますが、特に見ることのできない“心”に気を配りたいと思います。今までは負けて流すくやすい涙しか経験させていませんが、大きな大会で勝って流す涙がどれ程素晴らしいかを知って欲しい。そしてどの様な進路をとろうとも、大人になって、中学生の時苦しかったしんどかったけど友達も沢山できたし、ソフトボールをやって本当によかったという生徒の声が聞こえる、そんな指導をしていきたいと思います。」と語っておられた。



(2 課題を解決するために取り組んだ内容)



キャッチボール



ノック



ノックトス



シippo取り

3 本調査研究から得られた成果

\*部活動外部指導者についてのアンケート

Q1 外部指導者から指導を受けて技能が高まったと思いますか。

①とても思う 10名 ②やや思う 1名 ③あまり思わない 0名 ④全然思わない 0名

Q2 外部指導者の指導を受けて、社会的態度が身についたと思いますか。

①とても思う 7名 ②やや思う 4名 ③あまり思わない 0名 ④全然思わない 0名

Q3 外部指導者から指導を受けて部活動が楽しくなりましたか。

①とても思う 7名 ②やや思う 4名 ③あまり思わない 0名 ④全然思わない 0名

Q4 外部指導者から指導を受けた部活動を通して、よかったことや困ったことを書いて下さい。

- ・練習がしんどいものが多いけれど、上手にできたときは達成感をすごく感じました。
- ・分からないことやできないことを、教えて下さるのでとても勉強になります。
- ・自分ができていないことや、だめなところを的確に指示していただいて、とても助かっています。また技術面以外でもたくさん支えてもらったり、お話をさせていただいたりして頼りにもなるし、すごくいいコーチに出会えたなと思います。
- ・バッティングで最後の最後まで付き合ってもらったり、技術面の方でもたくさんの方を教えていただいて、とても勉強になっている。
- ・先生とコーチの方の教えてもらうことが違ったりすること。

\*ほとんどの生徒が感謝の気持ちを持ち、前向きに好意的にとらえている。

4 今後の課題

顧問と外部コーチとの情報共有をより綿密に行い、生徒個々の指導計画を作成していく必要がある。

外部指導者を活用しつつ学校組織全体での運動部活動の適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 和歌山県教育委員会

電話番号 0737 (82) 3421

メールアドレス yasuchu@proof.ocn.ne.jp

実践事例校 有田市立保田中学校（剣道部）

## 1 課題及び取組のポイント

### 『課題』

本校職員に剣道の指導者がいない中で剣道の技術の向上を図ること。

剣道を通して、生徒一人ひとりの成長、および人間性の向上を図ること。

### 『取組のポイント』

外部指導者の人選

外部指導者と本校部活動顧問との連携

## 2 課題を解決するために取り組んだ内容

### (1) 有田市教育委員会担当者、外部指導者と当該部活動顧問との連絡協議会の設置

① 有田市教育委員会担当者が出席した「運動部活動等推進検討委員会」の内容について伝達を受け、外部指導者活用など部活動運営について検討する。

② 指導を受けるまでに、外部指導者とともに指導計画立案などに関する検討会を行う。

### (2) 外部指導者との連携による指導

① 指導前後に外部指導者とのミーティングを行う。

② 外部指導者から専門的なアドバイスをいただき、より効果的な指導法を追究する。

### (3) 外部指導者の確保について

・教育委員会の担当者の推薦。

・保田剣道教室において指導主任をされており、地域に精通している。

・生徒たちも小学校時代に剣道教室にて指導を受けていて、先生との信頼関係ができていた。

※外部指導者の経歴について・・・剣道六段・保田剣道教室指導主任

※実際の指導の指導を受け、顧問が練習計画を作成する。

※外部指導者が技術指導を行う。

※部活動の運営は顧問が中心となって行う。

### (4) 剣道部の指導の工夫

① 外部指導者の助言のもとに作成した練習計画にそって練習を行った。

② 実際の技術指導を通して、優れた技術だけでなく、剣道に向かう精神面や人間性の向上を育む指導。

### (5) 生徒の安全を確保するための工夫。

①健康状態の把握については、練習前の顧問と外部指導者の情報交換を密にした。

②練習は、本校の体育館の広さや体育館で練習するクラブ数の関係で、隣接する小学校の体育館を使用している。そのため、練習前には床等の安全点検を行っている。

### 3 本調査研究から得られた成果

#### 【剣道の指導】

生徒を指導している外部指導者（右）



#### 【剣道具をつけての指導】

剣道具をつけて指導している外部指導者（左）



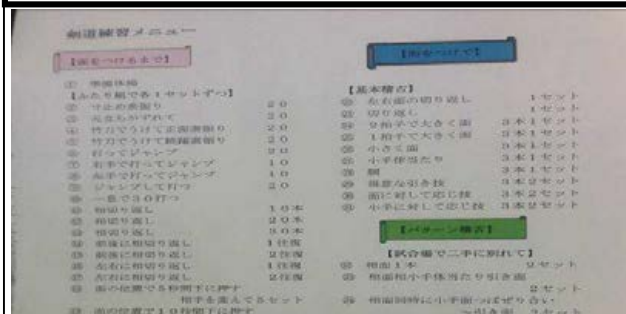
#### 【生徒だけの練習】

外部指導者に教わったことを日々の練習にいかして



#### 【練習計画表】

日々の練習メニュー表



#### 【生徒のアンケートより】

剣道部の生徒たちの意見より

- ・ 自分たちで練習するときよりも細かく、緊張感をもって取り組むことができた。
- ・ 基本を丁寧に教えてくれ、さらに試合に勝つための心構えなどを教えてくれて役立った。
- ・ 技術だけでなく、心も鍛えることができた。
- ・ 小学校から知っている先生だったので、質問などしやすく良かった。
- ・ 体力・技術力共に成長することができた。
- ・ 先生のおかげで、自分たちで練習のメニューを考えて練習ができるようになった。

#### 【まとめ】

事業を終えて、得られた成果

外部指導者が剣道六段で保田剣道教室指導主任と優れた人物であったため、技術の向上と精神面の向上の両面にわたり成果が見られた。男女とも有田地方の大会で上位に入賞し、新人大会では全員が県大会に出場した。

また、外部指導者が来てくれたときの練習時の空気がピンと張りつめるため、同じ体育館で練習をしている他のクラブにもその空気を共有することができ、お互いに励みとなった。

#### 4 今後の課題

- (1) 外部指導者に教わったことを日々の練習にいかし、外部指導者がいない時でも緊張感を持って練習できる計画性や自主性を身につけさせたい。



外部指導者を活用しつつ  
学校組織全体での運動部活動の  
適切な指導体制の在り方の検討実践例

教育委員会名 鳥取県教育委員会

電話番号 0859(66)2009

メールアドレス [hosyoji-j@mailk.torikyo.ed.jp](mailto:hosyoji-j@mailk.torikyo.ed.jp)

学校名 南部町立法勝寺中学校(鳥取県)

1 課題及び取り組みのポイント

『課題』

- (1) 経験したことの無いスポーツの部を顧問として担当するため、専門性のある指導ができない。
- (2) 教員の部活動以外の負担が大きく、部活動における指導が不十分なものとなり、活動の幅も限定されてしまう。

『取り組みのポイント』

- (1) 外部指導者の導入によって生徒の技術や教員の指導力向上を図る。
- (2) 地域人材の活用によって活動の幅を広げ、地域に信頼される学校づくりを推進していくとともに、生徒の、地域の一員としての自覚を育てる。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 具体的な取組内容・方法

- ① 外部指導者は基本動作や技術を専門的に師範しながら生徒に教え、顧問と一緒に活動することで技術や指導のポイントを学んだ。
- ② ゴロやフライの捕球練習では、顧問がノッカーや球出しを担当し、捕球から送球までの技術指導を外部指導者が行った。
- ③ 在校生の技術向上、親子交流、地域とのつながりを深める等の目的で、親子ソフトボール大会(8/31)を行った。
- ④ 日常の応援に感謝するとともに、地域の一員としての自覚を深める目的で、地域で行われた桜土手保全活動等の各種ボランティア活動に参加した。

(2) 取組を進める上での工夫点等

- ① 指導に当たっては、生徒の性格、人間関係等について十分に話し合い、それぞれの立場でどう動いていくかを相談している。
- ② 「あいさつ・返事」「時間厳守」「無断休み厳禁」「体調管理」「お手伝い」の約束事を設け、基本的な生活習慣や物事に取り組むときの心構え、家族の一員としての自覚、感謝の気持ち等を身に付けるよう指導している。
- ③ 熱中症等スポーツにおける怪我や疾病についての研修会に参加し、活動においてもこまめな水分補給や十分な休憩を取るよう心がけた。
- ④ 準備運動や整理運動を入念に行い、怪我の防止に努めた。

フィールディング練習

外部指導者は捕球から送球までの技術を指導



全国大会出場！！

開会式では他チームに負けないあいさつ・返事を披露



### 全国大会出場！！

鳥取県勢女子初の1勝を挙げることができました



### 校内マラソン大会

他部の選手を大きく引き離す強さを発揮



### 西部地区駅伝競走大会

今年は3名が選手として参加しました



### アップを兼ねて校地内の雪かき

先生方に大変感謝されました



### 校内の花壇の整備

さまざまなボランティア活動に参加しています。



## 3 本調査研究から得られた成果

- ①生徒の技術力や教員の指導力は確実に高まり、今年度は県選手権で第2位に入り、全国大会への出場を果たした。全国大会では鳥取県勢の女子として初めて1勝を挙げる事ができた。また、6名の生徒が県の代表として各大会に出場した。部活動以外でも、西部地区駅伝大会に選手やタイムトライアル部門で3名が出場した。
- ②生徒の様々な活躍により、保護者や地域の方々の期待に十分応えることができた。

## 4 今後の課題

- ・生徒の意識や技術を、外部指導者の次の来校まで維持できるかどうか課題である。

○地域のスポーツ指導者等を活用した  
運動部活動等の充実

1-1 外部指導者を活用しつつ学校組織  
全体での運動部活動の適切な指導体制  
の在り方の検討実践例

教育委員会名 香川県教育委員会

電話番号 087(832)3761

メールアドレス hokentaiiku@pref.kagawa.lg.jp

実践事例校 香川県立小豆島高等学校

1 学校全体の運動部活動の目標や方針

目標：1 学校教育の一環として「生きる力」の育成を目指す。

2 生涯にわたってスポーツに親しむ基礎をつくる。

3 自己を高める態度や自主性・社会性を函養する。

4 個性の伸長を図る。

方針：1 生徒が豊かな学校生活を送りながら人格的に成長し、勝利至上主義に陥ることのないよう、生徒の主体性や個性を尊重した運営に努める。

2 生徒の多様なニーズに応え、一人ひとりが自己実現できるように努める。

3 保護者と地域に対して積極的に情報を発信し、連携・協力して活動を進める。

2 研究のねらい

(1) 学校設定の研究のねらい

組織全体で部活動の運営や指導の目標、方針を検討するとともに、顧問間での意見交換、指導の内容や方法の研究、情報の共有を行うことで、指導者としての資質向上を図る。また、この取組の中で体罰やセクシャル・ハラスメント等が許されないという意識の徹底を図る。

(外部指導者を活用した研究実践の部活動は、バレーボール部、テニス部、柔道部)

(2) 県共通の研究項目

学校設定の「研究のねらい」に加え、以下の4項目についても実践研究を行い、学校内の組織的、効果的な体制づくりを目指す。

1) 外部指導者等を活用しつつ、学校全体の運動部活動指導体制をどのように整備し、学校組織全体としての運動部活動に関する情報共有、指導力等の資質向上、体罰等防止の取組をどのように進めるか。

2) 外部指導者等と学校、顧問教員との間で、学校全体の目標や方針、各部の活動の目標や方針、計画、具体的な指導の内容や方法、生徒の状況、事故が発生した場合の対応等について、調整、理解、情報共有を図るためにどのような方法等をとるか。

3) 外部指導者等を活用した場合に指導が任せきりとならないようにどのような工夫等を行うか、また、必要に応じて技術的な面、不適切な指導や暴力暴言等の防止等についてどのような工夫等を行うか。

4) 外部指導者等に子供の発達段階、運動部活動の在り方等について理解を得るためにどのような方法を取り、効果的であるか。

### 3 研究の概要（実績）：具体的な取組内容・方法・工夫点等

#### (1) 顧問と外部指導者が事前に協議し、練習計画を立て日々の指導を行った。

- ・学校生活を含めた生徒の状況を共有し、顧問と相談しながら指導にあたった。
- ・練習日誌を書かせ、外部指導者とともにそれぞれの視点でアドバイスをを行った。
- ・外部指導者に生徒の専門的な技術指導をしてもらいつつ、顧問も技術指導を学んだ。
- ・現職教育で研修した不適切な指導(体罰・セクシャルハラスメント)の根絶のためにミーティングを行った。

#### (2) 大会にコーチとして同行し、練習の成果等を確認する。

- ・大会において戦略的なアドバイスをもらい、顧問のスキルアップにつなげた。
- ・大会の結果や生徒の状況を基に練習の成果を検証して、その後の練習につなげた。

#### 1) ・定期的に外部指導者と話し合う機会を設け、生徒の学校生活の状況などを伝え、個々に応じた指導方法について意見交換を行った。

- ・他の競技との合同練習を実施し、基礎体力向上やメンタル面強化の指導法について指導者同士でスキルアップを図った。
- ・運動部活動での指導のガイドラインを活用し、研修を行い、不適切な指導(体罰・セクシャルハラスメント)がないか、指導者同士でチェックし合った。特に、同じ場所で練習している時に不適切な指導があった場合、見て見ぬふりをしないことを確認した。

#### 2) ・指導者も生徒から学ぶという姿勢を大切にして、外部指導者と顧問および生徒のそれぞれが自分の考えを言い易い雰囲気作りに努めた。

- ・外部指導者と顧問が生徒に対し、活動目標や指導の方針、また練習計画などをきちんと理解できるように丁寧に伝え、納得した上で活動できるよう心がけた。
- ・外部指導者と顧問が個々の生徒の健康・体力等の状況を事前に把握するとともに、活動中の生徒の反応を見たり、疲労状況を把握したりして、過度の負荷にならないように、お互いに意識をして行った。

#### 3) ・指導計画に沿って、外部指導者が来られる日は必ず、顧問と一緒に指導を行うことを原則とした。

- ・顧問に対し、不適切な指導(体罰・セクシャルハラスメント)の根絶ための研修を行い、顧問を通して外部指導者に積極的に説明して理解を得た。
- ・本校の場合、殴る、蹴るといったケースはないが、生徒を指導する場面で不適切な言葉遣いが見受けられたので、“ことばの暴力”として、具体的に事例をあげて研修を行った。

#### 4) ・外部指導者と顧問が協力して、生徒が意欲を持って部活動に取り組むことができるように、今年度は生徒への肯定的な言葉がけの仕方について研修を行った。生徒に元気・活気・勇気を与えるトーク術として、“ペップトーク”を心がけようと指導者が積極的にポジティブな言葉を使っての指導を心がけた。まだまだ、始めたばかりで十分ではないが、さらにペップトークの研修を重ねて効果につなげていきたい。

#### 4 研究成果

外部指導者と顧問の連携した指導により、各部ともに生徒の競技力を向上することができ、大会等での成績につなげることができた。

また、顧問も外部指導者の指導を見ることにより、これまでの自分の指導を振り返ることができ、指導力の向上につなげることができた。

#### 5 研究評価と今後の課題

外部指導者と顧問の複数の視点で指導することにより、生徒を多角的にとらえることができ、生徒も指導を受け入れやすくなり、競技力の向上につながった。このことは本事業実施後に行ったアンケート結果にも表れており、外部指導者から指導を受けることで、考え方の幅が広がった生徒もいる。また、顧問、外部指導者はもちろん、指導を受けた90%以上の生徒が、充実した技術指導を受けることができ、技能が高まり競技力が向上したと感じている。

また、顧問も専門的な指導法を外部指導者から学びとろうとする姿勢がみられ、外部指導者も勝利至上主義に走ることなく、顧問から生徒の学校生活の状況等を把握し、全人的な成長につなげようとする意識が高まった。

しかし、専門的な知識を持たない顧問にとっては、外部指導者と同じように指導ができるようになるまでには時間がかかるため、平日の指導の難しさや外部指導者不在時の指導に不安が残る。

今後の課題としては、顧問の指導力の向上に向け、研修会や講習会への積極的な参加や外部指導者をどのように活用することがより効果的であるかを深めていく必要がある。