

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 高知県教育委員会

電話番号 088(821)4929

メールアドレス : 310501@ken.pref.kochi.lg.jp

実践事例校 高知市立愛宕中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

学校の指導者（顧問および副顧問）と外部指導者が一緒に指導することで、生徒の技術向上を目指す。また、マナーの向上を目指す。

『取組のポイント』

当該指導者は、10年以上愛宕中学校のソフトテニス部に関わってくれている。ソフトテニス専任の顧問が長年つかず、毎年顧問が変わる状態であった。そんな中ずっと指導を続けてくれており、現在は顧問がいるが、一緒に指導することで生徒の競技力向上を目指したい。コートで顧問と一緒に指導するだけでなく、団体戦のオーダーと一緒に決めたり、遠征に行ったりなど、常にお互いが連携しながら部活動を行っていく。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

○ 外部指導者と教員(部活動顧問)の役割分担

顧問は、学校生活上の面・スポーツをする者としてのマナーや技術面の指導を全般的に行う。顧問もソフトテニス専門誌などを定期購読し勉強もしているが、コートでの具体的指導を一緒に行う。

○ 外部指導者と連携することで具体的な取組内容・方法、取組みを進めるうえでの工夫点等

技術指導を顧問と共に行う。昨年度より男女が1つの部活動になり、大所帯となった。そのために、手薄になるであろう指導にもあたってもらおう。また、大会では男女同時に監督席に顧問が座ることができないため、女子をメインに入ってもらおう。

○生徒の安全確保のために配慮(工夫)したこと

土日の練習や大会などで、一緒に指導することで生徒の様子を多くの目で見ることができた。ボールが当たった時やけがの際は必ず報告してもらえるよう促した。

① 実際の様子



【基本練習①】
1年生のストローク基本練習の指導。



【基本練習②】
1年生のストローク基本練習の指導。



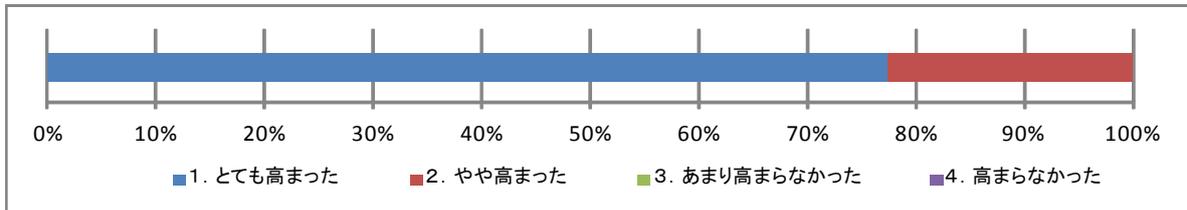
【基本練習③】
20人近くの生徒が、テニスコート1面で練習するので、他の生徒とぶつからないように指導している。



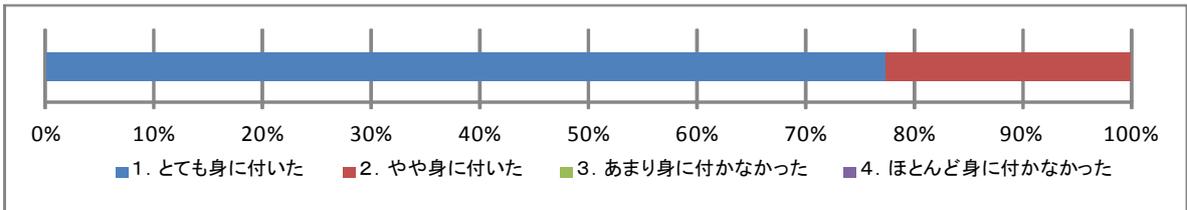
【基本練習④】
男女ともに技術指導をしてもらっている。ストローク練習だけでなく、ボレー練習やサーブ練習、設定練習などを行っている。

② アンケート調査結果 (集計を入力するとグラフに反映されるよう設定しています)

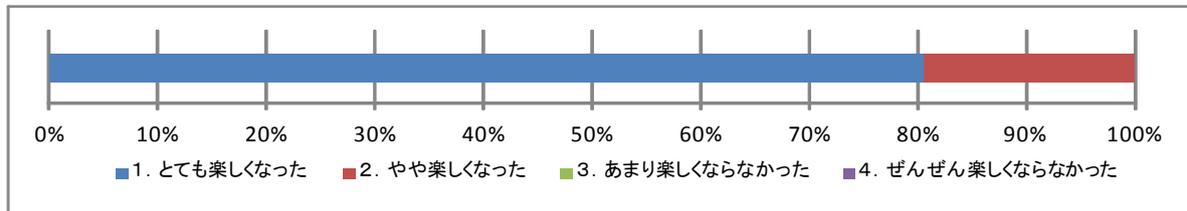
Q 1 外部指導者の先生の指導を受けて、技能が高まりましたか。



Q 2 外部指導者の先生の指導を受けて、社会的態度が身に付いたと思いますか。



Q 3 外部指導者の先生の指導を受けて、部活動が楽しくなりましたか。



③ 生徒の感想から

- ・自分では気づけないようなところをしっかりと見てくれて、それを自分に分かりやすく伝えてくれて技能が高まった。
- ・質問できる人が増え、いろいろな見方をしてもらえるので、いろいろなやり方を試すことができる。その中から、自分に合った方法を選ぶことができる。
- ・技術面でのアドバイスをたくさんしてもらえて、自分やチーム全体の技術が上がったと思う。ルールやマナーの面では、挨拶や返事など、自分たちの足りない部分を指摘してくれた。

3 本調査研究から得られた成果

一緒に指導することで、技術の向上が見られ、戦績として見える形で結果が残った。高知県冬季大会女子団体でベスト4に入賞し、年末に行われた四国ジュニアソフトテニス大会への出場権を得た。そこでは1回戦敗退となったが、次につながる良い試合になった。また、教員だけでなく、生徒たちにとってアドバイスできる人が多いということは、自分を振り返り、自分について考える機会が増えて良かった。

4 今後の課題

当該指導者と一緒に指導して5年目になるが、お互いの指導のポイントや考え方が一致しており、大きな課題はない。当該指導者には、技術指導をメインに行ってもらっており、スポーツマンとしてのマナーや生徒指導面での指導を教員が行ってきた。今後も常にコミュニケーションを図り、生徒の技術向上を目指し、一緒に活動したいと思う。

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

教育委員会名 高知県教育委員会

電話番号 088(821)4929

メールアドレス : 310501@ken.pref.kochi.lg.jp

実践事例校 高知市立三里中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

地域のスポーツ指導者と連携することにより、技術力の向上を目指す。

『取組のポイント』

①月末に翌月の指導計画を立て、外部指導者と確認をする。

②1番近い試合に向けての強化部分の確認をする。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

○ 外部指導者と教員(部活動顧問)の役割分担

外部指導者

練習中の内容、指導、試合時の注意等、剣道の技術に関する指導を行う。

顧問

練習日程の決定、大会等の申込や連絡・調整を行い、生徒に連絡する。

○ 外部指導者と連携することで具体的な取組内容・方法、取組みを進めるうえでの工夫点等

顧問・外部指導者で連携を取りながら、技術面・生活面での指導方法を確認する。

○ 生徒の安全確保のために配慮(工夫)したこと

水分補給をこまめに取りながら、顧問と外部指導者複数の目で安全を確認、確保しながら指導を行う。

① 実際の様子



【タイトル】
掛かり稽古



【タイトル】
竹刀・防具の点検・手入れ



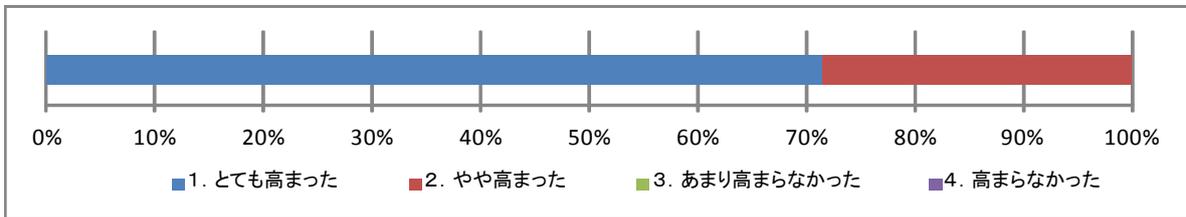
【タイトル】
全員での早素振り・気合い出し



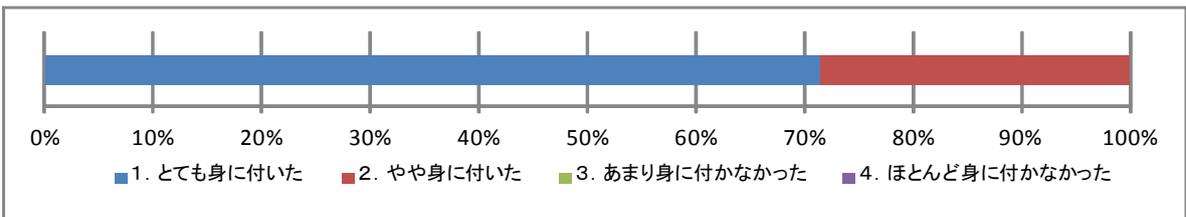
【タイトル】
礼法・黙想

② アンケート調査結果（集計を入力するとグラフに反映されるよう設定しています）

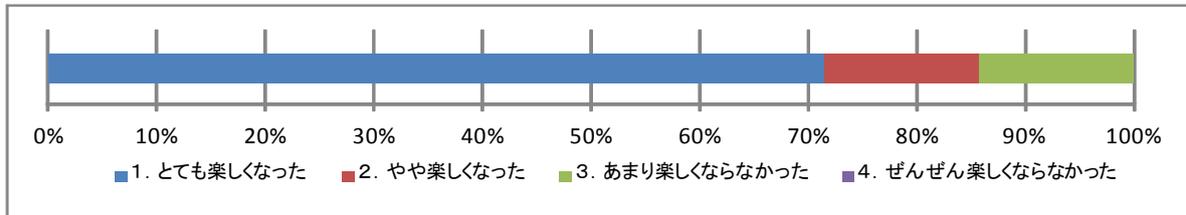
Q 1 外部指導者の先生の指導を受けて、技能が高まりましたか。



Q 2 外部指導者の先生の指導を受けて、社会的態度が身に付いたと思いますか。



Q 3 外部指導者の先生の指導を受けて、部活動が楽しくなりましたか。



③ 生徒の感想から

(生徒A) 少しずつ、試合に勝てるようになった。段に合格することができた。

(生徒B) 教え方が上手で剣道が楽しくなった。

3 本調査研究から得られた成果

知識・経験が豊富である外部コーチに、主に技術面で尽力いただき、部員の技術力向上に大きく貢献していただいた。また部活動で行ったことを生活面に生かすことができた。

4 今後の課題

急な日程の変更等で連絡・調整がうまくいかなかったことがあった。事前の計画をしっかりと立て、できるだけ変更がないよう努めていかなければならない。また顧問も専門知識を高め、更なる連携を強めていく必要がある。

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 高知県教育委員会

電話番号 088(821)4929

メールアドレス : 310501@ken.pref.kochi.lg.jp

実践事例校 宿毛市立橋上中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

- 放課後子ども教室指導者と連携し小中合同の陸上練習を推進するための基礎づくり（体幹強化）を行う。
- スポーツを通して心身を健康にする。また、マナーおよび向上心や集中力を育てる。
- 個に応じた部活動（柔道）を展開することで、将来の展望をもたせる。

『取組のポイント』

体幹トレーニング 16:00～17:00

児童【希望者】・生徒全員+教職員+放課後子ども教室指導者（月）

生徒全員+教職員+エキスパート（火～金） 土・日については随時

各競技練習 17:00～18:00

顧問+エキスパート+放課後子ども教室指導者による陸上競技指導・柔道指導（月）

顧問+エキスパート+校長による陸上競技指導・柔道指導（火～金）

- 上記計画を実行するために、学期に1回の計画（エキスパート利用時期・方法）、月1回の事前の打ち合わせ【メニュー決定・変更】、生徒等の状態確認のために常時活動前の連絡を10分程度実施。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

- 外部指導者と教員(部活動顧問)の役割分担
体幹トレーニングをエキスパートと教職員が担当した。実施競技部分はエキスパートとの協力で顧問+管理職が各自のメニューを巡回指導した。柔道練習時（柔道式トレーニングも含む）にはエキスパートが中心となって顧問と合同で指導する体制が組めた。
- 外部指導者と連携することで具体的な取組内容・方法、取組みを進めるうえでの工夫点等
 - ・非常勤講師として本校勤務の利点が生かされたことで、それぞれの状況や成長過程を確実に学校全体の課題とすることができた。
 - ・放課後子ども教室指導者と協調することで、保護者・地域からの評価があった。特に個の特性理解により保護者の信頼は厚かった。
 - ・継続した活動が進められたことで、学力向上に向けた基礎として継続の大切さや、下位の目標からビルドアップしていく大切さをの理解が進んだ。
- 生徒の安全確保のために配慮（工夫）したこと
 - ・日々の中で常に教職員と連携できたことで、個に応じた（体調面・精神面）対応をはかった。
 - ・緊急時を問わず直接あるいは顧問を通じて管理職に報告することができた。その指示のものと的確な対応が図れた。
 - ・月ごとに活動計画を保護者・関連団体に明示できたことで、保護者・教職員に情報が共有され安全が図れた。

① 実際の様子



【陸上練習・基礎】

ハードル、ミニハードルを使用し、正しいランニングフォームで走れるようにしている様子。



【砲丸投げ練習】

投擲のフォーム作りをしている様子。



【柔道】

しっかりと受け身が取れるように、指導している様子。

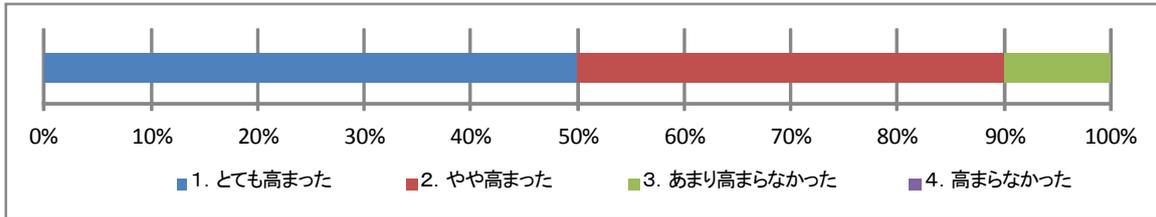


【体幹トレーニング】

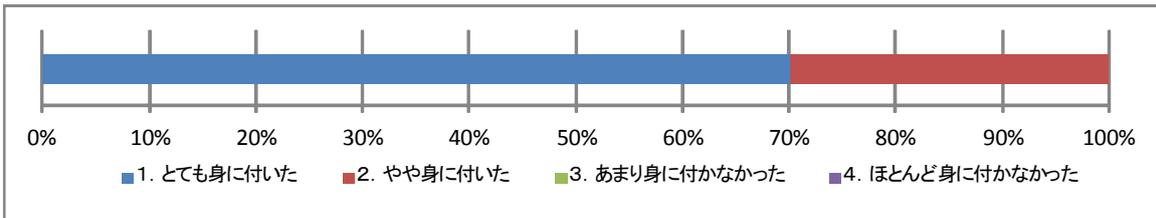
体幹を鍛えて、ランニングフォームが崩れないようにするためのトレーニング風景。

② アンケート調査結果 (集計を入力するとグラフに反映されるよう設定しています)

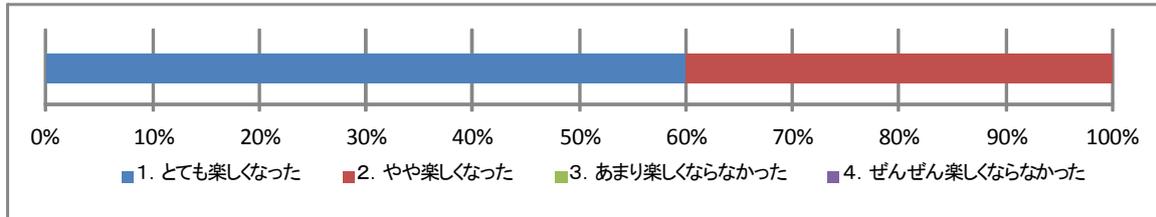
Q 1 外部指導者の先生の指導を受けて、技能が高まったと思いますか。



Q 2 外部指導者の先生の指導を受けて、社会的態度が身に付いたと思いますか。



Q 3 外部指導者の先生の指導を受けて、部活動が楽しくなりましたか。



③ 生徒の感想から

(生徒A) 同じ練習でも工夫したやり方を教えてくれるので、練習が楽しくなりました。

(生徒B) 技術も向上し、タイムも縮まってきています。

3 本調査研究から得られた成果

上記にも記したが、本校勤務の非常勤講師が対応できたことで、学校との連携が実行も含め、生徒の状態把握や、それに応じたメニュー作りなどに生かすことができた。

特に年間を通して体幹づくりを実施したことで健康維持促進に役立った。

柔道を通しての武道の基礎が学べたことで心構えや、礼節など精神的な成長に役立った。

4 今後の課題

少人数のため競技力向上面では、さらなるレベルアップを目指すための活動になりづらい傾向にある。

能力的にも、陸上競技ではすぐに結果が伴うものではなく、体幹トレーニング等においてもすぐに効果があるものとはいえず、バリエーションを増やす工夫が必要で、その時々での打ち合わせ等の時間がさらに必要に思う。

地域との連携についても、小学校放課後子ども教室指導者との連携について、安全面の配慮、指導場所の選定などさらに密な計画が必要に思う。

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

教育委員会名 佐賀県教育委員会

電話番号 0952(25)7235

メールアドレス gakkoukyouiku@pref.saga.lg.jp

実践事例校 佐賀県立佐賀西高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

初心者の部員・競技経験のない顧問という状況下で競技の専門性を高める。

安全に留意した活動への態度を育成する。

『取組のポイント』

外部指導者を活用し、「活用マニュアル」に沿った実践により指導体制を構築する。

(1) 技能面では、個人のスキル向上および競技特有の集団的戦術の習得を目指す。

(2) 安全面では、日々繰り返し指導することで意識徹底を図る。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 人材の選定

ア 本年度の指導者は、高校時代、県内トップチームのキャプテンとして部員を牽引した経験があり、かつ、高校卒業後は、県内の他のチームの指導に従事するとともに、県内外各種大会の審判として、高校生のプレーを熟知していることから、当事業開始前からコーチとして招聘していた。

イ すでにコーチとして招聘していた経緯から、指導の継続性を維持することを最優先し、同じ人物を外部指導者に選考した。

(2) 計画

ア 指導者の勤務がシフト制であったため、集中的に指導を受ける週と、その習得に向けて部員主体で練習に取り組む週とを区分した。

イ 新人戦や選抜大会予選などの主たる大会ごとに、その大会で成果をあげるための課題及びその課題を克服するための練習内容を外部指導者の意見をふまえて設定することとした。

ウ 練習試合・合宿等の設定については、外部指導者の人脈を活かして、適切な機会を確保することとした。

エ 保護者会等において、外部指導者の活用計画について周知した。

(3) 実行

ア 日常の練習については、1週間ごとの計画に基づいて実施した。

イ 個人のスキル向上及びチームの集団的戦術の段階的な習得をめざし、次の大会までの目標を立てて取り組んだ。

ウ 練習試合については、対戦したことのない県外チームとの対戦も可能となり、活動の幅が広がった。

(4) 安全確保

体調管理、怪我の予防、給水、緊急時の対処の仕方等について、練習の中で適宜指導を受けた。

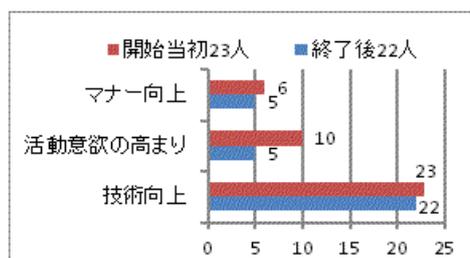
3 成果

(1) アンケートの結果から

ア 結果

事業開始当初、終了後ともに、効果として、全員が技術向上を回答している。

一方、活動意欲の高まり、マナー向上は、終了後には減少している。



イ 分析

(ア) 技術向上

① 外部指導者の活用のねらいを、技術の向上に絞って運営してきた成果と思われる。

② 外部指導者の指導によって、集団的戦術が勝敗を左右するという認識が生じ、その連携プレーの型を獲得した結果と思われる。

(イ) マナー向上

実際の活動の場面では、むしろマナーは向上した。ただ、部員は、「マナーが向上した」というより、「当たり前のことのできるようになった」と認識しているため、アンケートには、反映されなかったと思われる。

(ウ) 活動意欲の高まり

活動を観察する限り、意欲は低下していない。ただ、部活動の厳しさを意識し始めた段階にあり、それがアンケートに影響したと思われる。

(2) 指導体制について

スタッフ機能が強化された。外部指導者と部顧問の協働によって基本的なトレーニングや連携プレーの在り方等について、指導上の新たな視点の発見にもつながった。

その際、公式戦等において成果を挙げることを目指しながらも、一方で生徒がバランスのとれた高校生活を確保できるよう、外部指導者と部顧問で話し合いながら、十分な配慮を行った。

以下の画像は、こうした状況下での練習風景である。



【キャッチボール】



【基本トレーニング】



【集団的戦術】

4 今後の課題

専門的技術指導の必要性から、外部指導者の継続的活用が望まれる。その際、「活用マニュアル」に沿った実践から学校、部顧問との協働体制の在り方についてより具体的な検証を加え、外部指導者の有効活用へとつなげたい。

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 長崎県教育委員会

電話番号 095 (894) 3393

メールアドレス kunihiko-a@pref.nagasaki.lg.jp

実践事例校 長崎県立国見高等学校

1 課題及び取り組みのポイント

『課題』

- ①部活動において外部指導者を活用しているが、学校組織としての指導体制ができていない。
- ②各運動部活動の顧問の連携がとれていなく、運動部活動に所属している生徒が国見高校として部活動に取り組んでいるという意識が低い。

『取組のポイント』

- ①本事業を活用し、スタッフミーティングを定期的に行うなど外部指導者との連絡を密にしてスタッフ全員で活動する意識を強化する。
- ②科学的なトレーニング方法やスポーツ栄養などの専門的な知識を持った指導者による講習会を実施し、生徒の意識を高め、主体的に部活動に取り組めるようにする。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

- ①-1 スタッフミーティングを定期的に行い、生徒一人一人の学校生活や部活動での様子について意見交換を行う。
- ①-2 外部指導者が積極的に参加できるよう指導方法について統一を図る。
- ①-3 生徒一人一人に対応するために、外部指導者と協力して個別指導を行う。



【スタッフミーティングの様子】
・活発な意見交換
・目的の共有



【個別指導の様子】
・個に応じたトレーニングの設定

- ②-1 アスレティックトレーナーを活用し、セルフチェックの方法や効果的なウォーミングアップの方法、トレーニング方法などを学ぶ。
- ②-2 生徒、教員を対象にスポーツ栄養講習会を年2回開催し、栄養の大切さを学ぶ。



【アスレティックトレーナー活用】
・生徒が自分に合ったアップ方法を学ぶ



【スポーツ栄養講習会】
・運動と栄養、休養の関係を学ぶ

3 本調査研究から得られた成果

- ◎ 研究校として活動することにより、生徒が主体的に学ぶ姿勢が身に付き、部活動が活性化し、さらには学校の活性化につながった。生徒は自分自身の課題を見つけて改善を図る中で主体的に部活動に参加する生徒が増えた。また、外部指導者から学んだ知識を活用して取り組む姿勢が見られるようになった。

☆外部指導者を活用することで部活動に主体的に参加できるようになった。

○生徒へのアンケート結果より

- ・質問【外部指導者を活用することで部活動に主体的に参加することができましたか？】

・コメント

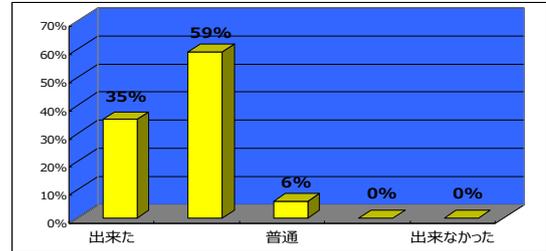
「今までやったことのないトレーニングで毎回とても楽しかったです。速く走るコツやフォームの修正をすることができました。」(サッカー部)

「怪我で悩んでいる生徒にトレーナーの方が的確に指導していただきとても安心しました。」(顧問)

「好きなだけ食べて、栄養のことについては全く考えずに生活をしていましたが、講話を受けて脂質を取りすぎず、三食バランスの良い食事をする事の大切さを学んだ。」(野球部)

「晩御飯に野菜が増やしてもらえるように家族に相談しようと思います。」(サッカー部)

「講話を聞いて、朝食をとることの重要性を知って、ご飯や味噌汁、野菜などバランスよく食べるように改善しました。」(陸上部)



- ◎ 外部指導者と連携して部活動を運営することで、個に応じた指導が出来るようになり、競技成績も向上した。

・サッカー部

年度	県高総体	県選手権	県新人大会	その他
H24年	ベスト8	3位	ベスト8	
H25年	ベスト8	ベスト8	3位	
H26年	ベスト8	ベスト8	2位	九州新人大会2位



・陸上部

生徒	8月	9月	11月
A(5000m)	18分20秒13	17分22秒16	16分39秒45
B(100m)	15秒51	15秒18	15秒02
C(100m)	12秒22	12秒13	11秒51

4 今後の課題

- ◎ 今年度、構築してきた指導体制を継続して実施できるように外部指導者との連携をさらに密にしていくなけり。
- ◎ 各部によって取組に差があるので、顧問教諭の意識を変化させるような取組を企画し、学校全体で活発な活動ができるようにしていきたい。
- ◎ 女子の運動部活動においては、活動状況が著しく低い現状があるので、その改善を図る活動を考えていきたい。

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 大分県教育委員会

電話番号 097(506)5639

メールアドレス saho-koji@oen.ed.jp

実践事例校 大分市立植田西中学校

1 課題及び取組のポイント

【課題】

生徒の技術の向上、部活動に対する生徒の姿勢やチームワーク等の精神面の向上、及び安全な練習環境の確保などについて、顧問教員及び地域スポーツ指導者の資質向上、両者の連携に課題がある。

【取組のポイント】

- 部活動に対する学校全体及び各部活動の目標や方針、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情報を相互に共有する。
- 運営や活動計画の作成等は顧問教員が中心となっており、地域スポーツ指導者はその計画に従い、主として技術指導をするなどの役割分担をはっきりさせる。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 植田西中学校地域スポーツ人材活用連絡会議の開催

出席者：地域スポーツ指導者4名、校長、教頭、部活動担当教員、各部顧問教員

① 第1回連絡会議 平成26年10月8日(水) 17:00～18:00

学校組織全体での運動部活動の適正な運営体制の構築に向け、本年度実践の趣旨や実践研究テーマ、本校部活動運営方針、実施計画等について協議・周知した。

② 第2回連絡会議 平成27年1月30日(金) 17:00～18:00

各部活動が取り組んだ実践研究の成果や課題等について情報共有した。

(2) 各部活動での取組の実際

① 柔道部

生徒の安全面を重視し、地域スポーツ指導者が指導できない場合は顧問教員が生徒とともに体力強化中心のトレーニングを行い、指導できる場合は地域スポーツ指導者が各生徒に合わせた専門的・実践的な練習を行った。

② バasketボール部

ゲーム形式の練習の際、地域スポーツ指導者がプレイヤーとして参加し模範を示した。また、他校の指導者に指導法や審判法などについてアドバイスを受けるなどして、指導力向上を図った。さらに、役割分担を明確にし、男子と女子を分けて指導したり、1年生と2年生で分けて指導する場面を増やし、可能な限り全員が専門性に触れることができるようにした。

③ 陸上競技部

生徒の意欲を高めるため、生徒には様々な種目に挑戦させ、その中から自分に合った種目を決めさせ、練習に取り組ませる方針の下、両者が生徒の顔色や表情をよく観察し、休憩時間等に一人一人の生徒と会話するよう心がけた。

生徒には練習や競技に対する精神面で大きな課題があることから、地域スポーツ指導者も交えたミーティングを通して全員で話し合う機会を設けたり、生徒の納得するまで話を聞いたりした。練習にも生徒が楽しさを感じられるメニューを取り入れ、生徒のやる気を喚起しつつチームワークの向上につながるよう配慮した。

(3) 管理職による視察と情報共有

① 月に1度のペースで各部活動の活動状況を管理職が視察するとともに、外部指導者や顧問教員と情報交換を行った。

② 実践研究の成果と課題について全職員へ周知した。(2月18日の職員会議)

※ 指導を受けた生徒数の内訳は次のとおり。

柔道部 1年男0、2年男3

Basketボール部 1年男5、2年男6、1年女14、2年女4

陸上競技部 1年男3、2年男6、1年女0、2年女4



ディフェンス指導を行う地域スポーツ指導者



生徒と談笑する地域スポーツ指導者（陸上）

3 本調査研究から得られた成果

(1) 柔道部

- ルール等が大幅に変わり、地域スポーツ指導者や顧問教員が生徒とともにそれを学ぶことにより、試合等で反則を犯す生徒をゼロにできた。
- 地域スポーツ指導者のアドバイスによる専門的な体力強化トレーニングを重点的に行ったことにより、生徒の体格が見違えるほど良くなり、例えば、ある生徒は連続の腕立て伏せの回数が3回から20回に向上した。

(2) バスケットボール部

- 地域スポーツ指導者のプレーを真似させることで、良いプレーと悪いプレーの見極めを生徒たちができるようになった。
- 顧問教員が校務等で指導に当たれない時、生徒の練習の手助けをすることができた。体力や技術力の向上が日に日に感じられた。

(3) 陸上競技部

- 練習時は常に記録を意識させることで集中力が増し、少しずつであるが記録が良くなり、真面目に取り組む姿勢が見られるようになった。
- 地域スポーツ指導者の指導により、技術面の指導がとても充実した。生徒たちも真剣に指導に従い、部活動に対する意欲向上に大きくつながった。

(4) 部活動全体として

- 実践研究テーマを達成するためには、練習メニューが生徒の心身の成長のために適切な内容や方法であること等を十分に共通理解しておくなど、地域スポーツ指導者と顧問教員との信頼関係づくりが大切であることを改めて認識できた。
- 顧問教員とは違う立場で地域スポーツ指導者が指導することにより、一人一人の生徒が、技能や記録等に関する自分の目標や課題、部活動内での自分の役割や仲間との人間関係づくり等について考えることができる機会が増した。
- そういった活動を通して、生徒同士で部活動の方向性や各自の取組姿勢、試合での作戦や練習に係る内容等について話し合うことにより生徒が自主的に自立して取り組む姿勢が見えてきた。

4 今後の課題

- 顧問教員のみならず地域スポーツ指導者が、保護者とどのように協力体制を構築していけばよいか。
- 生徒が自主的に自立して取り組む姿勢を更に増大させるためには、一人一人の生徒と対話しながら長所を引き出す取組が必要であるが、限られた時間の中でそれをいかに行えばよいか。
- 「取組のポイント」で述べたように外部指導者には一般的に技術指導が期待されているが、現実的には技能だけを取り出した指導はあり得ない。今後は、両者が対等にコミュニケーションする機会を増やす必要がある。

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

教育委員会名 仙台市教育委員会

電話番号 022(214)8881

メールアドレス tetsuya_tsunoka@city.sendai.jp

実践事例校 仙台市立袋原中学校

1 課題及び取組のポイント

本校では、生徒はもとより保護者や地域の部活動に対する関心が高く、以前から部活動が活発に行われてきた。また、教職員も、部活動の生徒指導上の意義について理解を示し、熱心に部活動の指導に取り組んできた。

しかしながら、必ずしも専門的な技術指導ができる教職員が部活動の顧問となるわけではないので、効果的な練習計画や技術的なアドバイスが十分にできないこともあった。そこで、外部指導者の専門性を生かしながら、顧問と外部指導者が連携し合って、効果的な練習方法を確立したいと考える。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

以下のことがらについて、外部指導者に指導をしていただいた。

- (1) 日常練習や練習試合の時に、生徒に技術面や戦術面での適切な声掛けやアドバイスをする。
- (2) 校内での試合や対外試合の際に、審判をしながら生徒へ正式なルールやマナー等を指導する。
また、審判の仕方についても細かく指導をする。
- (3) スイミングクラブに所属する生徒と、部活動だけで練習する生徒の技能の差が大きかったが、外部指導者の専門性を生かして、生徒個々の能力に応じた指導を取り入れた。
- (4) 公共の施設（温水プール）の使い方や一般の施設利用者への配慮を含めて、部として礼儀正しく活動するためのマナー等も身に付ける。

年度始めに顧問と外部指導者による話し合いを持ち、勝つことのみを目的とせず、生徒の技術向上と生活面の指導に力を入れることを確認している。さらに、定期的に話し合いを持って、指導方法や生徒の活動の様子について 共通理解するようにしている。

【バスケットボール部の練習試合】

練習試合等でも的確なアドバイスをしている



【卓球部での練習の様子】

個々の技術に合った指導をしている



(2 課題を解決するために取り組んだ内容)

【バレーボール部での練習の様子】

顧問，指導者が連携して丁寧に指導している



【柔道部での練習の様子】

専門性を生かした指導をしている



3 本調査研究から得られた成果

(1) 外部指導者の専門性を生かした，練習や試合の時の的確な技術指導，ルールや審判技術などの指導により，生徒個々の能力が高まり，意欲的に部活動に取り組むようになった。また，顧問にとっても，研修の機会となり，その後の生徒への指導に生かすことができた。

(2) 生徒の状態やレベルに応じた練習メニューを提示してくれるので，生徒も自信を持って活動できるようになり，スイミングクラブに通っていない生徒でも県大会に出場できる力が付いた。

また，練習メニューを学んだことにより，生徒自ら練習内容を工夫するようになり，上級生が下級生に教えられるようになってきた。

(3) 顧問と外部指導者が指導方針について共通理解をしたことにより，生徒は毎回意欲的に部活動に参加するようになった。さらに，練習の準備や後始末にも進んで取り組むようになり，挨拶や感謝の気持ちを素直に言葉に出して言えるようになった。

4 今後の課題

(1) 外部指導者が来校できないときに，顧問もつけないこともあり，そのときの指導に困るときがある。

(2) 現在のところは，顧問と外部指導者が共通理解をして部活動指導に取り組んでいるが，今後ともよりよい関係作りのために，顧問だけでなく管理職と話し合う時間の確保が望まれる。

(3) 顧問が替わった際に，指導方針の引き継ぎなどをきちんと行うこと。

(4) 活動場所が，校内だけでなく，対外試合や大会等で，遠くの場所になる場合もあり，交通費その他で，外部指導者に負担をかけていること。

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 北九州市教育委員会

電話番号 093(582)2367

メールアドレス

akira_niidome01@city.kitakyushu.lg.jp

実践事例校 北九州市立浅川中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

顧問指導者の高齢化、専門的な知識・技術を有した教師の不足、生徒・保護者のニーズの多様化
部活動顧問（顧問教師・外部指導者）の指導力向上

『取組のポイント』

専門的な知識・技術を有した地域スポーツ人材を外部指導者として活用し、生徒の部活動の満足度を上げるとともに、様々な研修を通して外部講師を含めた部活動顧問の指導力の向上を図る。

本市の部活動指導の目標である「より多くの生徒が入ることができる部活動」「指導者が余裕と意欲をもって指導できる部活動」の具現化を図る。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

①地域のスポーツ人材を活用した部活動運営の推進

- ・浅川中学校では、サッカー部、剣道部、卓球部の三つの運動部において部活動外部指導者を招聘している。サッカー部の顧問教師はサッカー経験者ではあるが、一人では、53名の部員の指導に限界がある。また、招聘する外部講師がゴールキーパー経験者であり顧問教師の専門外の技術を有している。卓球部は、部員が96名在籍し校内で最も部員数の多い部活動である。部員25名の剣道部とともに、専門的に指導できる教員が不在なため、地域人材を継続して外部指導者として招聘している。

②指導力向上を目指した研修会への参加

『部活動外部指導者講習会』（対象）部活動外部指導者及び部活動顧問教師

6月18日（水）ウェルとばた

- ・「部活動ハンドブックについて」 市教委 指導第二課指導主事
- ・「運動部活動での指導のガイドラインについて」 市教委 指導第二課指導主事
- ・「適切で効果的な部活動指導の在り方」

北九州市立高等学校

教諭（陸上部監督）荻原 知紀 様

『部活動振興のための研修会』（対象）管理職及び部活動担当教諭

10月1日（水）教育センター

- ・「部活動振興に向けた指導者の資質向上について」

日本アンガーマネジメント協会

ファシリテーター 村上 隆昭 様

・「北九州市 部活動ハンドブックの活用について」 市教委 指導第二課指導主事

3 本調査研究から得られた成果

- ・ 本中学校は生徒数 863 名と市内でも有数の大規模校であり、部活動もサッカー部 53 名、剣道部 25 名、卓球部 96 名と大人数を抱える実態がある。外部指導者を活用することにより、個別の指導等、きめ細やかな指導をすることが出来た。また、顧問教師が技術指導が出来ない剣道部と卓球部においては、専門的な指導等、充実した指導体制を確立することができた。大会等では、ベンチ入りした外部指導者から、適切なアドバイスを生徒に与えることが出来た。
- ・ 3 人の外部指導者が周囲の教員に与える影響も大きい。今まで出来なかったプレーが出来たときに、生徒を集合させて全員の前でほめる技術指導。学習の悩み相談等、思春期の子ども達との日常の関わりなど、部活動指導に関わる若年教員にとって範となった。
- ・ 本市教育員会が主催する講習会等に参加し、部活動における今日的課題にふれるとともに、様々な指導法について研修することで、顧問・外部指導者が今後の部活動運営についての自己研鑽を深めた。
- ・ 今年度、本中学校の部活動加入率は、市全体の加入率 75.4% を上回る 77.8% であった。

サッカー部の練習風景



剣道部の練習風景



4 今後の課題

- ・ 外部指導者の継続配置と人数の拡大。
- ・ 新規承認外部指導者や若年顧問教師を対象とした研修の充実。
- ・ 生徒の「部活動満足度調査」における満足度の向上。

アスレチックトレーナー等の効果的な
活用の在り方に係る実践例

教育委員会名 岩手県教育委員会

電話番号 019 (629) 6197

メールアドレス e9068@city.morioka.iwate.jp

実践事例校 盛岡市立玉山中学校

1 課題及び取組のねらい

(1) 課題

運動やスポーツを親しむ資質や能力を育てる大切な機会である運動部活動や体育的活動において、科学的な指導内容や指導方法を取り入れることは有効ではあるが、本県の実施状況は十分とは言えない。

(2) 取組のねらい

日本体育協会公認アスレチックトレーナー等を中学校に派遣し、その効果的な活用の在り方とともに、各学校が活用する学校数の拡大を目指す。そのことにより、運動やスポーツを好きな生徒の育成に資する。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 本県では、2016年に開催される「希望郷いわて国体」に向け、競技力向上のため、スポーツ医・科学を活用した指導について組織体制を整備しながら積極的に取り組んでいる。そこで、本県在住の「日本体育協会公認アスレチックトレーナー（AT）」及び岩手県教育委員会が認定する「いわてアスレチックトレーナー（IAT）」を中学校に派遣し、「アスレチックトレーナー等の効果的な活用の在り方」についての調査研究を行った。

(2) 派遣校：盛岡市立玉山中学校、陸前高田市立第一中学校（各校2時間×3回実施）

(3) 盛岡市立玉山中学校における実践事例（全校生徒対象）

①実践前に学校側と綿密に打ち合わせを実施（以下はその内容）

- ・学校規模、生徒の気質、生徒の運動やスポーツに対するとらえ方、日常生活における運動習慣等の実態の把握
- ・運動することの楽しさを感じさせることを基本とした、「走る楽しさ」、「走りの質の改善」、「体幹強化」等の学校の要望を確認

②アスレチックトレーナーによる運動プログラムの立案

- ・科学的な指導内容や指導方法に基づいた中に、発達段階への配慮と、中学生にとって身体を動かすことが「生涯スポーツ」に向けた基礎づくりの時期という視点を持った計画の立案
- ・「楽しい!」「できた!」という実感を持たせることを重視

③提供した運動プログラムの具体的内容

- ・「楽しく運動神経を高めよう!」・・・コーディネーション運動（マリネット）に挑戦、あっち向いてホイ片足バージョン、リズムに合わせてみんなとタッチ、ボールを落とすな!足からキャッチ 他
- ・「けがを防止し、動きの質を高めよう」・・・足関節、股関節、ハムストリング、腸腰筋の柔軟性チェックと対策
- ・「走りの質を高めよう」・・・ランニングのポイントであるリズム感と姿勢の改善

(4) 上記の実践事例を、県内の中学校体育担当者が一堂に会する平成26年度岩手県学校体育担当者会議の際に紹介

リズムに合わせてみんなとタッチ



足関節の柔軟性チェックと対策



腸腰筋の柔軟性チェックと対策



走りの質を高めよう



3 本調査研究から得られた成果

実践前は、「運動やスポーツをすることは好きですか」の問いに対して、肯定的に捉える生徒と否定的に捉える生徒が約半数ずつであったが、アスレチックトレーナーによる実態と発達段階をふまえた運動プログラムの提供により、実践後は肯定的に捉える生徒が増加した。また、担当教員から「指導力の向上につながった」という感想が寄せられた。

(生徒感想)

- ・ストレッチや足と手を交互に動かす運動は、やってみるととても難しく大変でした。日常生活に取り入れられそうなことを知ることができました。(3年男子)
- ・体はつながっていて連動して動くことがわかりました。運動することにも頭を使い、相手のことを思いやりながら自分ができることをやるということが大切だと思いました。(3年女子)
- ・自分のできることをやるのではなく、できないことも挑戦してやるということがわかりました。姿勢を良くすると勉強が頭に入ってくることを初めて知りました。(1年男子)

4 今後の課題

(1) 学校における取組の方向性

全校で取り組む走トレーニングの際に、グループ毎に話し合いながら、提供された運動プログラムを取り入れて実践している。定着させることを課題とし、継続して実践していく。

(2) 岩手県教育委員会としての取組の方向性

今回の実践事例の成果を各種研修で紹介し、実践校数を増やすことに努めるとともに、個別の運動部活動にもA TとI A Tを派遣し、運動部活動や体育的活動において科学的な指導内容や指導方法に基づいた実践を推進する。

専門家の効果的な活用の在り方の検討

～女子柔道部全国大会出場に向けて～

教育委員会名 宮城県教育委員会

電話番号 0225(24)3211

メールアドレス jhsmangcl@city.ishinomaki

実践事例校 石巻市立万石浦中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

部活動は顧問の指導の下、練習を行っているが、スポーツ少年団で練習している部員の力量が高まるにつれて、顧問の実技指導や部員の練習意欲を維持させることの難しさが顕在化してきた。

『取組のポイント』

基本的な目標を「柔道を通した人間形成」としているが、県新人大会の団体戦優勝を期に新たな目標を「全国大会出場」と掲げた。部活動への練習意欲を高め、一人一人の技術を上げていくために顧問と外部指導者の連携強化が大切なポイントになる。

2 (1) 課題を解決するために取り組んだ内容

スポーツ少年団の指導者（柔道3段、B級審判員）に依頼し、各種大会や強化練習会、部活動において部員が意欲的に取り組めるようにていねいな指導・助言をいただいた。また、練習内容についても顧問と相談し、学校でもスポーツ少年団と同様に自主的かつ意欲的に練習ができるよう改善を図った。

その結果、自ら目標を設定し、積極的に練習に参加する部員が少しずつ増えてきた。県大会では、女子団体と女子個人の1名が優勝し、目標に掲げた「全国大会（愛媛県開催）出場」を達成することができた。



外部指導者による、放課後の部活動の様子（きめ細やかに指導して頂いている）

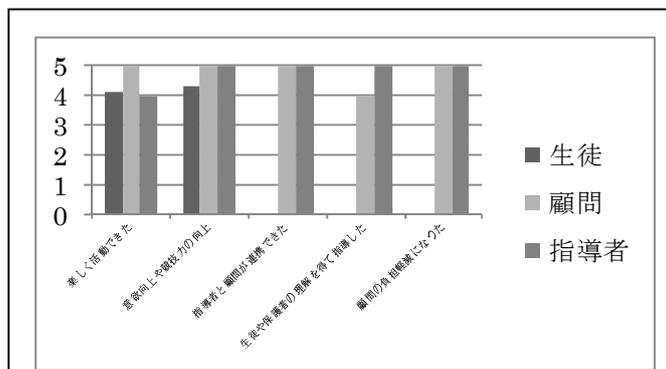
(2) 課題を解決するために取り組んだ内容

- ① 顧問と外部指導者が連携し、年間活動計画の作成や練習内容の検討を行った。
- ② 部活動とスポーツ少年団での練習意欲に差異がないように顧問と外部指導者の情報交換や連携を密に行った。
- ③ 外部指導者紹介の地域で行われる強化練習会に積極的に参加し、他団体の指導者から個に応じた助言や指導を受け、技術の向上を図ることができた。
- ④ 外部指導者には忙しい中でも、地区大会や県大会以上の上位大会にも同行してもらい、コーチとして助言を頂いた。
- ⑤ 顧問の指導力向上のため、外部指導者から経験者でなければ分からないような技のポイントや専門的な指導技術を伝授してもらった。

3 本調査研究から得られた成果

- (1) 外部指導者の経験に裏付けられた指導を通して、部員は部活動の意義を深く理解し、柔道の楽しさや仲間と高め合う喜びを味わうことができた。
- (2) 外部指導者の高い指導力が部員の練習意欲の向上につながり、競技力の向上に結びついた。
- (3) 外部指導者は学校の方針を十分に把握したうえで、部員や保護者の理解を得ながら指導してきたので、良好な関係を築き、よりよい部活動運営ができた。
- (4) 外部指導者の効果的な指導が柔道部の活躍に結びつき、学校全体の活性化を図ることができた。
- (5) 顧問の負担軽減につながった。
- (6) 女子団体戦と女子個人戦（1名）が全国大会に出場することができた。

※運動部活動外部指導者派遣事業のアンケート結果（5段階で評価。部員7名、柔道部顧問、外部指導者からの回答）



4 今後の課題

- (1) 顧問と外部指導者が連携して部活動の指導を行うことにより、部員の参加意欲の高まりや競技力向上を見込めるが、外部指導者の仕事や顧問の校務の関係で打合せ設定が困難なときがある。対策として、早期に打合せ期日の計画を立てたり、予備日を設けたりして連携を確実なものにする必要がある。
- (2) 部活動ごとに、その種目を経験してきた職員を配置することは難しい状況にある。そこで、他の部活動においても、地域で活躍している指導者にお力添えをいただけるようコーディネーター的役割をしてくださる方がいれば、部活動がさらに活発化すると思う。

専門家の効果的な活用の在り方の検討
実践例

教育委員会名 群馬県教育委員会

電話番号 027(226)4711

メールアドレス : teshi-mako@pref.gunma.lg.jp

実践事例校 渋川市立北橋中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

○本校生徒は駅伝に取り組む意欲は高いが、長距離走における専門的な技術及び競技力が十分に身に付いていないことから、個々の力を発揮させることができないことが課題である。

『取組のポイント』

○本校駅伝部員の競技力向上と体力向上を目指し、陸上競技・クロスカントリー競技のトレーニング方法を中心とした技術指導を専門家の効果的な活用をとおして行う。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) ランプログラムの作成に関するアドバイス

陸上の専門家として、大会に向けてのランメニュー（開始期、鍛錬期、追い込み期、調整期）作成に対する適切な支援をしてもらい、時期に応じた練習計画を組み、個々の生徒のクロスカントリーランの力を引き出す。

(2) 生徒のコンディショニングと栄養に関するアドバイス

大会前の調整期のコンディショニングはもとより、個々の運動負荷を調節するための指導をしてもらい、より効率的に走力の育成を図る。

(3) 走の専門的な事項に対する指導

中・高・大での陸上経験とその後の研究から得た知識をもとに、個の特徴を生かしたランニングフォームを作るための練習を取り入れたり、その理論的裏付け等、走の専門的な事項に対する指導をおこなったりしてもらうことにより、生徒個々の走力を高める。

① ウォーミングアップ指導（基本アップ及び個の特性に応じたアップの指導）

② クーリングダウン指導（基本ダウン及び個の特性に応じたダウン指導）

③ ドリル等デモンストレーション（師範や生徒を活用したデモンストレーション）

④ ランニングフォームアドバイス（個の走を把握した上での、個の力を生かす助言）



⑤ レース運びに関する技術指導

○実際の試走をとおして、個々の生徒の走り
の特性であるスタミナ、ランニングフォーム、
上り・下りの得手不得手等を把握した上で、
レース運びに関する技術をきめ細かに指導し
てもらうとともに、実践を繰り返しながら、
専門的な指導によりレース運びを体験的に学
ばせ、生徒が自信をもって走る力を身に付け
させる。



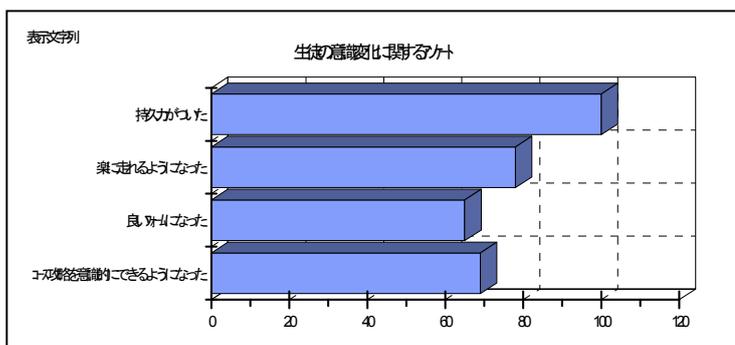
3 本調査研究から得られた成果

○陸上の専門家として、大会に向けて（開始期、鍛錬期、追い込み期、調整期）のランメニュー
作成に対する適切な指導・支援をしてもらうことにより、時期に応じた練習計画が組め、生徒
のクロスカントリーランの力を引き出すことに有効であった。

○中・高・大での陸上経験とその後の研究から得た知識により、個の特徴を生かしたランニング
フォームを作るための練習を取り入れたりその理論的裏付け等、走の専門的な事項に対する指
導を生徒に行ったりしてもらったことにより、生徒個々の走力を高めることができた。

○生徒が、専門的指導を受けることで「できない」ことが「できる」ようになることは、運動に
対する意欲を高めることにもつながっている。また、運動部活動においては、マナーの習得や
協力することの大切さを学ぶことができたとの感想も多く、単に技術の向上だけではなくさま
ざまな面において、本事業の効果を確認することができた。

○右のグラフからも分かるように、
本事業において、生徒の走り
に関するアンケートを実施したと
ころ、ほとんどの生徒が「走に
関する技術力の向上」を実感で
きていることが分かる。



4 今後の課題

地域の専門的な指導者による直接的・間接的指導により、生徒個々の走力向上を達成することができた。また、地域指導者と共に指導した本校職員の走に対する技能指導に役立つことができた。今後、効果的な指導が多くの子供に生かせるよう、陸上の魅力を伝えていくことが必要であり、そのための専門的な知識や指導方法等を学校職員が身に付けていくことが課題である。

専門家による効果的な技能指導を、学校職員が共通認識する工夫や、さまざまな研修に積極的に参加し、専門性を身に付けていくことも大切であるとする。

今後も是非この事業を継続していただき、有効に活用していきたい。

**専門家の効果的な活用の在り方の検討
実践例**
(スポーツ科学・栄養学を取り入れた
実践例)

教育委員会名 埼玉県教育委員会

電話番号 048(683)0995

メールアドレス m830995@pref.saitama.lg.jp

実践事例校 埼玉県立大宮東高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

学校での部活動が、生徒の心身により影響を及ぼすことは多く報告されているが、専門指導員の不足や顧問への大きな負担など問題点も指摘されている。最近では、専門知識を有する外部指導者の活用が注目されているが、実際の運用法及びその効果は確認されていない。

『取組のポイント』

外部専門指導員による運動部員の体力向上を目指したトレーニング指導及び栄養指導を試み、その効果を明らかにする。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

外部専門指導員による毎週1回のトレーニング指導と毎月1回の栄養指導を行う。

効果を測定するため、9月と翌年2月に体力測定、身体測定、生活習慣及び栄養調査を行う。

トレーニング指導者は平成国際大学、教授(分析・解析)、教授(トレーニングコーチ)に講師依頼をする。栄養指導者は女子栄養大学、教授に管理栄養士(教授指導のもとで実施)の派遣を依頼する。

(1) トレーニング指導(柔道部・女子バレー)

トレーニングを実施する前に、平成国際大学指導のもと体力テストを実施した。測定項目は、30m走・スクワットジャンプ・カウタームーブメントジャンプ・リバウンドジャンプ・RJindex算出であった。

現状の体力レベルは、表1に示す通りである。男子選手が女子選手より筋力とパワーを示す値が高い。また、女子柔道選手と女子バレーボールの選手を比較すると筋力(握力・背筋力)は、柔道選手の平均値が高く、ジャンプ能力はバレー選手の平均値が高いが、統計的な有意差はない。種目特性が最も強く表れると考えられるリバウンドジャンプでのRJindex指数は、極めて短時間内のパワー発揮能力を評価するものであり、特にバレーボール選手には重要な体力要素であろう。しかし、RJindexが1.4という結果(表1)は、まだまだ未発達なところが表れており、今後のトレーニングに期待したい。

図1に一例を示すように筋力やパワーは、当然ながら筋量と強い相関関係にあった。(p<0.01)。

本トレーニングは、最初に基本的な動き作りを行い、その後、どの選手でも身につけるべきトレーニングを実施し、最終的に種目に特化したトレーニングに発展する。今後、柔道選手として、バレー選手としてのトレーニングに発展し、そのことが体力特性に現れ、パフォーマンス向上につながることを目的したい。

トレーニングコーチの指導は、1回1時間15分内容を週3回行い1ヶ月毎にレベルが上がり5ヶ月間実施した。毎回のトレーニングで個々に合わせた負荷で行うため、チェックシートを活用した。コーチの指導は、筋繊維を太くするトレーニング(ボディビルダー向け)ではなく、アスリートのためのトレーニングであることを意識させるものでした。また、正しい姿勢・負荷・スピードで行わなければ無意味であると常に言われており、毎週の指導で生徒に徹底するように助言があった。



トレーニング指導の様子

(2) 栄養指導（柔道・男女バレー・男女バスケット・体操・剣道・陸上）

生徒の実態を把握するため女子栄養大学の指導のもと9月当初、in body 検査、日常生活アンケート、食事調査を行った。調査結果からアスリートとして程遠い栄養摂取量の者や、偏った食生活の者がいることがわかった。

従って日々のコンディショニングチェックや自己管理能力の重要性を理解させ、生徒の食習慣の改善をし、アスリートとしてのパフォーマンス向上につながることを目的したい。

10月中旬、管理栄養士より生徒向けセミナー「自分の体を知る」をテーマに、検査結果・アンケート結果に基づき、今後の食生活について適切なアドバイスをいただいた。それを基に対象生徒全員が最終段階での個人目標を定め終了した。11月、第1回保護者向けセミナー（AM）第2回生徒向けセミナー（PM）を共通の内容で実施、「基本的な食事の形を理解する」【①四群点数法より食品群を知る②不足している食品群③食品と栄養素との繋がりを理解】をテーマに説明があった。今後の予定として、セルフチェックシートを活用して、日々の食生活と自分の身体を管理するための説明があった。また、部活動毎に目標設定に差異があることから、目標別セミナーに移行するとの説明があり、陸上・柔道は必要に応じたピックアップ方式で個別指導型、男女バレー・男女バスケット・体操・剣道は全体セミナーを中心とした全体指導型で行うことを生徒・保護者・指導者で確認をした。



I n B o d y 検査説明



I n B o d y 検査の様子

3 本調査研究から得られた成果

(1) トレーニング指導から得られた成果

本トレーニングは、パフォーマンスピラミッド（図2）の概念に合わせて実施した。即ち、このトレーニングは、基本的な動きを身につけさせた上で、強さやパワーを向上させ技術を支えることでパフォーマンス向上を図ることが狙いである。従って、最初は動き作りが主な目的となるため筋力の大幅な向上は見られない。しかし、長期的に見た場合しっかりとした動きが身についた上で筋力やパワー向上を図る方がより高いレベルに到達できると考えられる。また基本的な動きを身につけることは、障害予防の観点からも非常に重要なことである。間違った動きのままトレーニングを継続することは、身体のアンバランスを引き起こし、折角身につけた強さがパフォーマンスに結びつかないばかりか、障害の要因にもなり得る。

今回のトレーニングでの、最終段階での体力測定が実施できず客観的な資料が提示できない。しかし、巧緻性や敏捷性が高まっていることは実際の動きを見てわかる。また、種目の特性上突発的な怪我は発生したが、度重なる衝撃からくる慢性的な痛み等の怪我（関節の痛み）は激減した。本トレーニングが怪我の防止に繋がったと検証できる。

(2) 栄養指導

食事調査により、カルシウムの摂取量が不足している生徒の割合が高い（カルシウム推奨量未満者：97%）ことが推測された。食習慣としてカルシウムの主要な供給源である牛乳を飲むと回答した生徒が30%、全く飲まない27%であった。このことから良質タンパク質源でもあり、手軽に摂取できる牛乳摂取を栄養セミナーにて勧めた。また、生徒が気付いたことを継続的に実行できることとして、セミナー後に各個人が目標を決定した。その際に60%の生徒が牛乳の摂取量を増加させることを目標に掲げていた。

1ヶ月半のセルフモニタリングの記録より、毎日牛乳を飲んでいていた生徒の割合は変化しなかったが、全く飲まなかった生徒が17%に減少、時々飲むとする生徒が増えた。主観的ではあるが、牛乳を全く飲まないとする生徒が減少したことから、今回の取り組みにより、生徒の食習慣が改善傾向にあると考える。

今回の栄養指導を行い、その後自己記録を継続的に行うことで、生徒が自らの食事を考え実行に移すための体制ができたといえる。

4 今後の課題

2月後半に実施予定の体力測定、身体計測、食事調査により取り組みの前後を客観的な指標により評価する。現在のトレーニングは来年度も継続しながらパフォーマンスの向上を図りたい。また、お昼のお弁当調査により昼食の内容の改善にも取り組みたい。

**専門家の効果的な活用の在り方の検討
実践例**

**(アスティックトレーナーを取り入れ、
怪我予防対策を重視した実践例)**

教育委員会名 埼玉県教育委員会

電話番号 048(996)1130

メールアドレス q961130@pref.saitama.lg.jp

実践事例校 埼玉県立八潮高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本校サッカー部では筋力やスピード、技術、知識などサッカーに必要な能力が不足している生徒が多く在籍している。また、怪我也多くチームのパフォーマンス向上を妨げている原因でもある。しかし、部員数は60人を超え、指導が行き届きにくい現状もある。幅広い分野から知識の獲得、意識の向上を図る必要がある。

『取組のポイント』

本校サッカー部の生徒に対し、知識を獲得するために講義を行ってもらったり、怪我の共通認識を図るために連絡を密にしたり、練習時に様々なトレーニングをしてもらったりする。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

- ・栄養、怪我、トレーニング、熱中症など部活動に必要な部分を講義によって行う
- ・怪我人の周知のために連絡を密にする
- ・生徒のモチベーションをUPさせるためにジャーナルをいろいろなテーマで発行する
- ・ウェイトトレーニングを正しい方法で行わせる
- ・練習時に1年生の指導に関わってもらい、生徒の基本的な技術の獲得を目指す



3 本調査研究から得られた成果

- ・栄養、怪我、トレーニング、熱中症など部活動に必要な部分を講義によって行う

夏であれば熱中症について、ウェイトトレーニングの前には栄養など、トレーニングに入る前に必要な知識の獲得を行った。熱中症については適切な水分補給や処置の仕方を学んだ。その結果、各自が適切な水分補給を行えるようになり、熱中症と思われる生徒が大きく減少した。

- ・怪我人の周知のために連絡を密にする

練習参加時に怪我人の対応に当たっていただいた場合、練習後に個人名、怪我名、症状と処方したトレーニング、今後の展望など細かい内容を外部指導者からLINEにて頂き、怪我人の把握、改善に役立った。部員も処方された怪我防止のトレーニングをしている様子も見られ、怪我の防止、リハビリ等、怪我に対する意識が高まった。

- ・生徒のモチベーションをUPさせるためにジャーナルをいろいろなテーマで発行する

練習後などの少しの時間を使い、準備、自信、コンディション、体幹など様々なテーマで8回に渡り行っていた。資料を提示し、生徒に視覚的アプローチをすることで、印象付いていた様子だった。

- ・ウェイトトレーニングを正しい方法で行わせる

講義で方法や意義、栄養摂取について学び、週2回正しい方法でウェイトトレーニングを行っていった。5月からの約9ヶ月間でベンチプレスが、1RMにおいて平均17kg、スクワットが平均20kg、レッグプレスが平均40kg増加した。他校との試合の様子を見ていると、当たり負けしない印象が強くなった。

- ・練習時に1年生の指導に関わってもらい、生徒の基本的な技術の獲得を目指す

他の外部指導者には、1年生の技術的な指導を行ってもらった。トップチームを指導している傍ら、目の行き届きにくい1年生に徹底的に基礎的な練習を行ってもらった。基本的なキックの獲得、1対1、2対2など基本中の基本となるトレーニングが中心だった。コツや原則を覚えることで、人数が増えたトレーニングや複合的なトレーニングなど応用していくことができた。

4 今後の課題

約1年間、外部指導者に部活動に携わっていただき、上記のような成果が見られた。怪我の減少、身体能力の向上、基本的な技術・戦術の獲得が大きな成果である。しかし、基本的な体の使い方ができない選手をまだまだ伸ばせていない現状もある。理由の一つにそのような選手に対して、基本的な体の使い方（パワーポジション、方向転換、姿勢等）から行ったため、本来行うべきトレーニングの時間を思うように使うことができなかったからである。来年度はそのような選手にもアプローチしていけるような取り組みを外部指導者と共に考えていきたい。

しかしながら通常では考えられないほどのサポートをいただき、本部活動に大きく貢献して下さった。本当に感謝の気持ちでいっぱいである。

1-5 専門家の効果的な活用の在り方の検討実践例

アスレティック・トレーナーを活用し、学校をはじめとして町全体で体力向上や競技力向上を目指して取り組んだ事例

教育委員会名 長野県教育委員会

電話番号 026-235-7448

メールアドレス sports-ka@pref.nagano.lg.jp

実践事例校 小布施町立小布施中学校

1 課題及び取組のポイント

(1) 課題

- ① 保育園、幼稚園、小学校、中学校においては、子どもの体力的課題、運動経験や資質・志向等を踏まえ、運動の日常化や運動技能の向上を図る取組を推進しているが、連携が十分でなく、指導に一貫性を欠くため、効率的な指導が難しい。
- ② 保育園、幼稚園、小学校の子どもたちの運動遊びや体育・スポーツ活動の場面においては、体育・スポーツの専門的指導者が指導する場面がなく、発育・発達段階に適した運動指導が難しい。
- ③ 中学生期の段階になっても、「自分の身体の調子や変化」「体力の高まり」等への関心が低く、運動部活動に所属する生徒においても、アライメントの歪みやオーバートレーニングに起因するスポーツ外傷等が危惧される状況にある。

(2) 取組のポイント

- ① 学校等を中心とした町全体の取組であり、運動部員への指導だけにとどまらず、他の生徒の体力向上と並行しながら体力向上や技能向上を目指した取組を実践する。
- ② 身体のアライメントを整えてケガの少ない身体づくりを目指す観点から、「正しい姿勢、歩き方、走り方」に意識が向くように、アスレティック・トレーナーを中心講師に据えて指導を仰ぐ。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 幼保小中一貫教育推進委員会「体づくり部会」の開催

- ・幼・保・小・中の発達段階に応じた「遊び、運動、スポーツ」の系統性の共通理解を図った。
- ・各校の現状や課題等の情報交換と願いを共有した。
（「町の子どもは、町が育てる」「運動・スポーツが町の文化として位置付くように」）
- ・医療関係者をスタッフに加え、子どもの発達と運動に関する医学的知見を頂き参考にする。
- ・各年代の体力・運動技能向上プログラムをアスレティック・トレーナーがデザインした。

(2) 教職員への実技研修会の開催（幼・保・小・中全職員参加）

- ・運動や動きの高まりの系統性の共通理解を図った。
- ・運動を観る視点やスポーツ傷害の予防について研修を深めた。
- ・体幹トレーニングの実技研修を行った。

(3) 幼・保・小学生・中学生への実技指導

- ・正しい姿勢、歩き方、走り方について、運動しながら各年代のポイントを整理していった。
- ・小学校中学年段階においては「繰り返し動作」の習得を大切にしながら動きづくりを行った

(4) 運動部活動生徒への指導

- ・アライメント・チェックとセルフマッサージの実技研修を行った。
- ・コアトレーニングの理論を学び、各競技種目で必要なトレーニングを実践した。
- ・各競技種目別におけるウォーミングアップとクールダウンの実践を行った。

3 本調査研究から得られた成果

(1) 自身の身体に対する関心が高まった

効果的なストレッチで柔軟性が一時的に高まったり、姿勢の変化に伴って運動の難易度が変わったりする等、身体の不思議に触れることによって、多くの生徒が、自身の身体への関心を高めることができた。

(2) ケガをしにくい身体づくりを意識するようになった

アライメント・チェックにより、身体の歪みを矯正しようという意識が働き、正しい姿勢で生活や運動する姿が見られるようになった。

また、ウォーミングアップやクールダウンの理解が深まり、部活動の練習の際にも、丁寧に取り組む姿が見られるようになった。

(3) 教職員が連携することにより、取り組むべき課題が明らかになった

幼稚園、保育園、小学校、中学校教職員の情報交換を通して、各年代の運動課題が明確になった。

【実技指導後の生徒の意識調査】

	そう思う	どちらかと言えば そう思う	どちらかと言えば そう思わない	そう思わない
指導の内容や進め方は、わかりやすかった。	147	67	10	4
「正しい体の使い方」について理解が深まった。	141	75	11	1
体幹トレーニングの大切さの意識が高まった。	149	67	7	4
日常生活の中で生かせそうだ。	116	90	20	2
今までよりトレーニングをしようと思った。	123	77	23	5

【教職員研修会後の教職委員の意識調査】

	そう思う	どちらかと言えば そう思う	どちらかと言えば そう思わない	そう思わない
研修の内容や進め方は、分かりやすかった。	19	8	0	0
「正しい体の使い方」について理解が深まった。	19	8	0	0
体幹トレーニングの大切さの意識が高まった。	23	4	0	0
保育や授業等で生かせる内容だった。	13	13	1	0
一貫した指導内容として適切だった。	18	9	0	0



乳幼児の動きをもと「腹圧を高める」コア・トレーニングの実践



スタビライゼーショントレーニングの実践

4 今後の課題

- (1) 継続的な取組にするため、アスレティック・トレーナーによる指導を定期的実施したい。
- (2) 一貫指導プログラムの作成は、中学生が実践しやすいように競技別プログラムにも着手したい。
- (3) 今年度からスタートした取組であり、まずは、生徒や指導者の意識の変容をねらったが、今後は、体力・運動能力、競技力の向上を数値化して実証していきたい。

専門家の効果的な活用の在り方の検討実践例
 ー到達段階に応じた適切な指導内容・方法の研究ー

教育委員会名 滋賀県教育委員会
 電話番号 077(528)4619
 メールアドレス ma08@pref.shiga.lg.jp
 実践事例校 滋賀県立草津東高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

初心者から経験者まで競技力にかなり幅がある生徒に対し、一つの目標に向かって進ませることは非常に難しい。上位者はさらなる競技力の向上を、下位者は基本技能の習得をと到達目標にも違いが出てくる。さらにクラブ活動ということもあり、人間関係を築く中でチーム全体の有り様も考えさせねばならない。その中で、専門性をもって技術指導できる教員がおらず、競技力の向上がなかなか望めないというのが現状であり、課題であった。そこで、地域スポーツ指導者を活用し、技術指導をしていただく中で、到達段階に応じた適切な指導内容・方法の研究を行った。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 目標の設定

大会や長期休暇などを区切りとし、自分のあるべき姿（目標とする姿）を考えさせた。「個人のあるべき姿」については、技術面の到達目標を設定する者が多かったため、外部指導者に個別指導いただき、目標設定の変更や検討をさせた。「チームのあるべき姿」については、大会ごとに振り返りを行った。

(2) 到達段階に応じた練習メニューの研究

ア. 基本練習の取り組みについて

男女混合ペアを組ませる。同レベルのペアでなく、異なるレベルのペアを作ることによって、下位者は連続返球により練習量を確保、上位者はアドバイスをしながら丁寧な返球を行い基本の確認を行う。外部指導者は個別指導を行いながら、実践場面を想定させるアドバイスをを行った。

イ. ダブルスにおけるレシーブについて

スマッシュの効果的な返球についての指導である。ゲームを想定し全体に説明。レシーブ力が身につけている者は、実践形式で練習を行った。レシーブ力がまだ不十分なものはゲームを想定しながらも基本練習を行った。最終目標を設定してやることで、基本練習を行っている生徒も練習の意味を考えることができた。

ウ. ダブルスのローテーションについて

1点に返球することを基本にし、ローテーションを練習した。ダブルス初心者はまずその動き方がわからない。どのような球に対して、どちらが動くのか、丁寧に説明しながらの練習であった。動き方をマスターしている者については、早い連続返球でスムーズな動きを確認させた。

草津東女子バドミントン部としてのあるべき姿

	クリアして、目標達成
春季大会	
県杯、ブロック大会(11月上旬～中旬)	
全日本選手権大会(12月上旬)	
秋季大会(10月下旬)	
公立校大会(12月下旬)	
新歓大会(1月中旬)	
ブロック大会(1月下旬)	
4月8日(開学直後スタート)	
春季大会	
卒業後	



(3) 練習の振り返り

練習後必ず、今日の練習がどのように実践場面で生かされるのかを説明いただいた。練習のための練習でなく、常にゲームを想定した練習が大切であることを考える時間となった。また、大会後や、外部指導者の指導を受けた後は、必ず個人の振り返りをし、ノートに書きとめさせた。その中で、冷静に、客観的に自分を見つめ直すよう指導した。

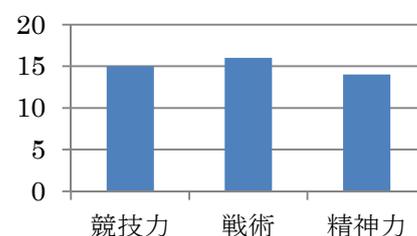


3 本調査研究から得られた成果

事業終了後、生徒26名に対してアンケートを行った。以下はその結果である。

Q 1 指導後、向上したものは何か。(複数回答可)

それぞれ具体的にどのように向上したか記述させた。競技力については、基本技能を挙げる生徒が多く、競技レベルにかかわらず基本が大切であることを実感できたようだ。戦術については、ゲームの組み立て方を学び、対戦相手に対する分析力がついたと回答する生徒が多かった。精神力については、苦しくてもやり遂げられる自信がついたと感じているようで、練習後の振り返りでの指導者の話が生徒の気持ちを変えたようだ。



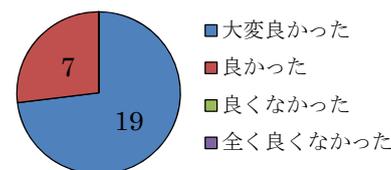
Q 2 部活動についてより具体的な目標を持てるようになったか。

生徒のレベルに応じて、細やかな指導をしていただいた結果、単に指示されたことをこなす練習ではなく、練習に対する目標を自分で設定して取り組めるようになった。



Q 3 指導を受けて良かったか。

本指導者に対して継続指導を望む生徒がほとんどである。感想を自由記述させたが、「精神的な支えになった」「的確で丁寧なアドバイスが受けられて良かった」「厳しい練習で嫌だと思ったが、強くなるためには必要だと思うことができた」など、生徒達は専門的な指導を受けることができ、またなぜそれが必要なのかを理解しながら練習に取り組むことができている。競技力があるなしに関わらず、それぞれの練習に前向きになれたことも一つの成果である。



4 今後の課題

専門性を持った指導者に指導いただけることは、生徒達の活動に大きなプラスとなった。しかし、その指導内容を生徒主導の練習で継続することは難しい。今年度のように、年間を通して段階を追った丁寧な指導をしていただき、生徒達の質問・悩みにも真摯に向き合っていただける指導者ばかりではないと思う。専門的な指導技術を持たない教員が指導できることには限界があるが、指導者と顧問との連携を密にし、日々生徒と向き合う教員ができることを指導者の助言をいただきながら考えなければならない。

専門家の効果的な活用の在り方の検討 実践事例

教育委員会名 大阪府教育委員会

電話番号 06(6944)9366

メールアドレス

Kyoikushinko-g07@sbox.pref.osaka.lg.jp

実践事例校 大阪府立千里青雲高等学校(大阪府)

1 課題及び取組みのポイント

『課題』

ハンドボールに必要な基礎体力と基礎技術の習得に関して、特に入部時点での初心者と経験者に大きな差が見られる。技能レベルに応じた練習が展開できてないため、効果的な指導を実践できないことが大きな課題である。

『取組みのポイント』

- ・外部指導者と顧問が連携することにより、新入部員に対する指導を充実させ、特に初心者の競技力を向上させる。
- ・基礎体力向上のためレジスタンストレーニング・SAQトレーニングの指導を実施する。
- ・ウォーミングアップやクーリングダウン、テーピングやアシストテープの使用方法、休日等のコンディショニングについて外部指導者と協議を行い、チームコンディションの向上に努める。
- ・練習ゲーム等では、外部指導者がレフェリングすることで、顧問教員が生徒全員の動きを把握する。
- ・外部指導者と生徒との積極的なコミュニケーションにより生徒との意思の疎通を図る。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

○マシントレーニングの指導
(本校トレーニングルーム)



○シュート練習の指導
(本校ハンドボールコート)



○練習ゲームでのレフェリーの様子



○コンディショニング
(テーピング)



○生徒の安全確保

膝の靭帯損傷、足首捻挫、突き指等の防止について、外部指導者との協議することで、予防効果のより高いウォーミングアップやストレッチ、補強運動を指導した。また、夏季における熱中症の予防として運動強度、頻度、休息・補水について協議しながら実践指導を行った。

3 本調査研究から得られた成果

- ・外部指導者の指導によりウォーミングアップからクーリングダウンまできめ細かい指導が可能となり、生徒自ら安全に対する意識が向上し、けがの予防に積極的な取組みが図られた。また、効率的にレジスタンストレーニング・SAQ トレーニングを練習に取り入れることが可能となり、生徒の身体能力が向上した。
- ・ハンドボールの戦術、実践練習、レフェリングなどについて顧問教員との連携により、外部指導者の指導力が向上した。
- ・ウォーミングアップ、クーリングダウンの取組みが生徒の意識も含めて向上し、けがの減少に効果が見られた。
- ・外部指導者が生徒とのコミュニケーションをしっかりと行い、生徒の心身の状態把握に努め、その情報を顧問と共有することにより、生徒理解と練習計画や個人的な指導に大きな成果があった。

4 今後の課題

- ・外部指導者の活用は、運動部活動の活性化のみならず、学校全体の活性化において、大きな効果をもたらすことは言うまでもないが、継続的に活用できるかが大きな課題である。
- ・外部指導者が、学校組織の一部として明確化され、学校と外部指導者が一体となって生徒をサポートできる体制を構築できれば、地域に密着した学校および部活動づくりが期待できる。

《実践事例テーマ》

専門家の効果的な活用の在り方の検討
実践例

教育委員会名 兵庫県教育委員会

電話番号 078(362)3787

メールアドレス kazuya_doi@pref.hyogo.lg.jp

実践事例校 兵庫県立社高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

1. 本校は、県立高校としては唯一の体育科が設置されており、スポーツの振興発展が期待されている。
2. スポーツ外傷や障害、疾病等の発生数が多く、その原因を究明し対処法を見出す必要がある。

『取組のポイント』

1. 体育科生徒を中心に競技力の向上を図るとともに、広くスポーツに親しみ、健康を迫及する人々の指導的立場となりうる人材の育成につとめる。
2. スポーツ外傷や障害、疾病等の予防、及び発生時における適切な対応ができるようにする。また、活動場所の安全に留意するとともに事故の危険性と未然に回避することのできる能力を養う。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

1. 定期的に体育科生徒による「スポーツ障害予防講習会」「テーピング講習会」を、運動部の生徒に実施する。専門家（整体院院長）により指導、講評を受ける。

6月24日（火）16:00～17:30	第1回スポーツ障害予防講習会	
7月15日（火）16:00～17:30	第2回スポーツ障害予防講習会	
10月28日（火）16:00～17:30	第1回テーピング講習会・・・足首	
11月11日（火）16:00～17:30	第2回テーピング講習会・・・膝	
12月16日（火）15:00～16:30	第3回テーピング講習会・・・腰	
1月20日（火）16:00～17:30	第4回テーピング講習会・・・肩・肘	計6回



2. 専門家（整体院院長）による「スポーツ外傷や障害、疾病等の相談会」を実施する。その際、顧問または他の運動部の生徒が同席する。

定期的に、専門家（整体院院長）に運動部の活動場所、活動状況の点検、指導を受ける。

6月 4回（9日、16日、23日、24日）	7月 4回（8日、15日、22日、29日）
8月 4回（4日、5日、19日、26日）	9月 4回（8日、9日、16日、22日）
10月 4回（20日、21日、27日、28日）	11月 4回（4日、10日、11日、17日）
12月 4回（1日、2日、15日、16日）	1月 4回（13日、19日、20日、26日）
2月 2回（9日、10日）	計34回

3 本調査研究から得られた成果

1. 従来、健康の増進や基礎的な身体能力を身につけ、生涯を通して運動を楽しむ基礎をつくることが重んじられていたが、新学習指導要領では、論理的思考力や判断力、表現力の育成が重視されている。体育科においては、アスリートの養成に向けて身体能力の向上を図るとともに、確かな学力と豊かな人間性を育成すること、広くスポーツを楽しみ健康を追求する人々の指導的立場となり得る人材の育成が求められている。各講習会を通して体育・スポーツ指導者としての資質向上に努めた。

○アンケート結果（抜粋） 解答数：72 平成27年2月実施

1) スポーツ障害予防講習会、テーピング講習会に自主的、積極的に参加できたか。

①はい：68 (94.4%) ②いいえ：4 (5.6%)

2) 講習会で工夫したことは何か。

①技術：51 (71%) ②言葉：14 (19%) ③実施場所：4 (6%)

④その他（質問に対する回答、巡回時のアドバイスなど）：3 (4%)

3) 生徒の感想

- ・説明することは難しかったです、それを工夫して伝えることの面白さを学びました。
- ・講習会を重ねるうちにもっと知識、技術を学び、高めたいと思いました。
- ・最初は難しく思えたことも、練習を重ねることでできるようになりました。また、そのことは私だけではなく周りの人も、教えた人たちも同じでした。うれしかったです。

2. 相談会を実施することにより、スポーツ外傷や傷害、疾病等は、成長期や長期間の特定に部位の使用などによって生じる可能性があることを理解できた。回復期には運動量の調整やリハビリテーションの仕方があること、及び再発防止の対策を学んだ。また、活動場所、活動状況の点検を通して、スポーツ障害予防のための用具の使用や補強運動の行い方があることを理解した。これらの活動は、学校全体の安全教育の推進に役立った。

○相談会内容（件数） 平成27年1月30日現在

1) スポーツ外傷・・・捻挫（45） 打撲（8）

2) スポーツ障害・・・腰痛（57） 肩・肘痛（33） 膝痛（21） その他：手首、背中、首など（9）

3) 疾病・・・なし 4) その他・・・競技力向上の悩み（11） ストレス（4） バーンアウト（3）

○活動場所・活動状況の点検から

1) 活動場所・・・活動場所の確保、器具の配置などについて指摘があった。また、器具の破損等について定期的な点検、修復が必要であるとの指摘があった。

2) 活動状況・・・ウォームアップ・クールダウンの重要性、水分補給の必要性について指摘があった。

○スポーツ振興センター利用状況・種類別災害発生状況 平成27年2月6日現在

	骨折	捻挫	脱臼	打撲	裂傷	歯破損	疾病	その他	合計
平成24年度	21	19	1	34	1	0	2	8	86
平成25年度	23	21	2	33	0	2	1	1	83
平成26年度	19	15	1	25	0	1	2	6	69

4 今後の課題

専門家の指導のもと、体育科生徒を中心に本事業を実施し上記に示した成果が得られたが、今後さらに発展させるためには、地域や異世代への情報発信、展開が課題となる。高齢化社会、幼年期の運動離れが叫ばれる現代社会においてスポーツの果たす役割は重要とされる。また、本校には普通科（看護医療類型含む）、生活科学科、体育科があり、校内においてもそれぞれの学科が連携することにより、より効果的な実践が期待できる。校内外における「縦・横の連携」を図ることが今後の課題と考える。

専門家の効果的な活用の在り方の検討 実践例

教育委員会名 岡山県教育委員会

電話番号 086(226)7592

メールアドレス hotai@pref.okayama.jp

実践事例校 岡山県立興陽高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

当校のダンス同好会は、学校行事での発表や老健施設等への慰問活動等を行っている。部顧問はダンス指導経験がない状況で顧問をしているが、生徒からはより専門性を求める声がある。

『取組のポイント』

専門性の高いスポーツ人材（外部指導者）の協力を得て、専門的で効果的な指導を行い、部顧問の指導に係る困り感、負担感の解消を図るとともに、生徒のダンススキル及び同好会活動の資質向上を図る。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 運動部活動指導の工夫・改善支援事業に係る推進委員会を設置

- ①構成メンバーは、大学教授、医師、県内関係市町村教委担当者、競技団体代表、中・高体連各理事長、実施校管理職代表、実施校担当者代表、外部指導者代表、事務局で構成
- ②推進委員会3回（7月9日、12月5日、3月9日）
- ③外部指導者、運動部活動担当者等研修会（11月6日）



④アンケート調査実施

(2) 研究実践校への視察調査の実施

推進委員による当校への視察調査を実施し、地域スポーツ人材の活用、連携の状況等について管理職、顧問、外部指導者、生徒等から聞き取り調査等を行った。また、外部指導者の依頼の仕方、照会方法等についても協議、情報交換を行った。（10月15日）



(3) 外部指導者派遣校に於ける成果報告書の作成

外部指導者派遣校別に成果報告書を作成し、外部指導者活用の目的に対する実施内容、工夫した点、主な成果・課題等について検証した。



3 本調査研究から得られた成果

(1) 部顧問の困り感の軽減

外部指導者の方は当該校の卒業生であり、ダンス同好会の創始者である。現在、ダンススタジオのインストラクターとして活躍している。

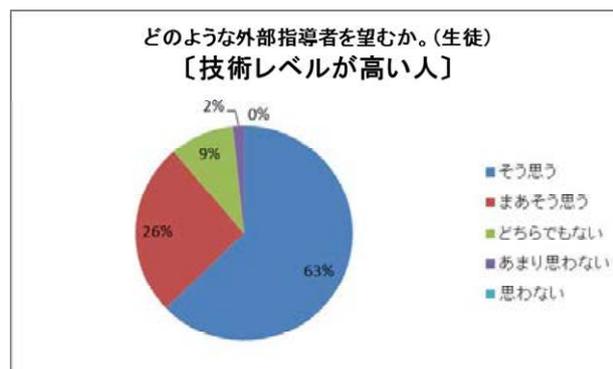
外部指導者の方は、同好会の立ち上げから今日までの活動や、学校に於ける同好会の活動（在り方）についてよく理解している。本来ならば綿密な打合せ等が必要なところを、最小限の情報共有により、学校の指導方針に沿った連携、専門的な指導を行うことができています。

(2) 安全指導、専門的指導

安全に係る指導とともに、専門的な指導が個人の育成や集団の作品としての出来を大きく左右する。高度な次元で指導者として活動しているからこそ可能な専門的な指導であり、安全指導と専門的な指導をバランスよく行っている。

[生徒の声]

- ダンス同好会に入って先輩たちに敬意や礼儀、そして親や先生たちに対する感謝の心を持てるようになりました。先生は技術が高く、私もそういう人になりたいと思うとともに、努力する楽しさを学びました。
- 練習方法をたくさん教えてもらいました。厳しさと優しさを使い分けて指導して頂きとても勉強になり、ダンスがさらに好きになりました。



4 今後の課題

女子の運動習慣の二極化が問題となり、運動部活動等への加入率が低迷する中、女子の加入が増加傾向にあるのがダンス部（同好会）である。しかしその反面、専門的な指導が出来る顧問が不足している。

引き続きダンスを含め、専門的な指導者（教員）が少なく、専門的な指導が困難な運動部活動についての対応を外部指導者の活用とともに、その他の方策も探っていかなければならない。また、卒業生等の繋がりによる専門的な指導力を有する人材の発掘も重要である。

専門家の効果的な活用の在り方の検討
実践例（地域のスポーツトレーナーを
活用したサッカー部の実践例）

教育委員会名 山口県教育委員会

電話番号 083(933)4690

メールアドレス

Kawamura.nobuhiro@pref.yamaguchi.lg.jp

実践事例校 山口県立宇部工業高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本校サッカー部の生徒は、練習への目的意識も高く熱心であるものの、スポーツ医・科学的知識に乏しく、特にスポーツ傷害（外傷と障害）の予防や対応策についての知識の習得が課題である。

『取組のポイント』

- ・スポーツ傷害の予防への組織的な取組
- ・スポーツ傷害に対する自己管理能力の育成
- ・効果的、効率的な練習方法による競技力の向上

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) スポーツ傷害への組織的な取組

1) 外部指導者（トレーナー）の選定

- ・宇部興産中央病院リハビリテーション室理学療法士1名
- ・当人は、現在、本県サッカー協会のスポーツ医・科学委員会の委員であり、国体少年男子県選抜チームのトレーナーも3年間務めている。また、社会人チームの代表・監督・選手等経験も豊富であり、サッカーの競技特性にも精通していることから、校長面談（2月）を経て選定に至った。

2) トレーナーによるフィットネスチェックの実施

- ・週1回程度、生徒個々の慢性的な傷害（腰痛・膝痛等）や傷害発生後の経過観察を行うとともに、当該生徒への平常練習でのトレーニング指導並びに顧問へのトレーニング頻度について指導・助言を行った。

3) 傷害発生時の迅速な処置及び医療機関・顧問との連携

- ・トレーナーは、試合に帯同し、傷害発生時の応急処置を行い適切な医療機関への搬送・紹介を行うとともに、状況を顧問へ説明する。また、トレーナー不在時に備えて顧問への応急処置の指導も行った。

(2) スポーツ傷害に対する自己管理能力の育成

1) トレーナーによる指導（4月・9月）

- ・ウォーミングアップ・クールダウンの必要性
- ・傷害時（捻挫・骨折）や熱中症等の応急手当の方法
- ・体調管理及び慢性的な障害への対応
- ・感染症予防 等



【傷害生徒へのマッサージ風景】

2) 保護者との連携

- ・部活動保護者会の開催（5月・7月・2月）
- ・トレーナーからの傷害発生時の状況説明及び事後のリハビリ指導

(3) 競技力の向上

1) 試合時の選手パフォーマンス向上

- ・トレーナーが試合直前のストレッチや準備運動のしどろを行うことにより、選手の体調・傷害状況を把握するとともに、出場の可否について顧問と協議する。また、同様に試合直後のクールダウンを行わせることで、コンディションの早期回復を図る。

2) 傷害を負った生徒の早期競技復帰

- ・トレーナーが傷害を負った生徒に対しトレーニング計画・内容の指導を行うとともに、顧問と競技復帰時期を協議し決定する。



3) 県選抜チームのトレーニング内容及び最新スポーツ医・科学のフィードバック

- ・他団体等でのトレーナー活動の内容を顧問・生徒へ還元する。

3 本調査研究から得られた成果

(1) 指導体制の確立

これまでも、生徒のスポーツ傷害の未然防止や外傷後の早期競技復帰、安全管理に努めてきたが、その対応は顧問のこれまでの実践、経験に基づくものであった。このような中、専門的な知識や実践力を有する外部指導者（トレーナー）が加わったことにより、顧問の役割分担が明確になるとともに傷害発生時の早期対応・処置が可能となった。さらには、医療機関との連携が緊密にとれるようになったことから、保護者からの、傷害の早期回復に対する協力や部活動運営全般への信頼を得ることができた。

(2) 自己管理能力の向上

平常時の練習や試合時におけるトレーナーの指導により、生徒がスポーツ医・科学的教養を深めることができたとともに、傷害の予防的行動の実践や健康の自己管理能力の向上に繋がった。また、顧問との連携・協力によりトレーニング頻度の調整や競技復帰の時期が明確になるなど、個々に応じた練習への対応が可能となった。さらには、顧問のスポーツ傷害に対する知識の習得や傷害発生時の対応能力の向上にも繋がった。

(3) 競技力の向上

年間を通じたリーグ戦（毎週末）では、県最高位のリーグに所属するとともに、トーナメント戦では、連戦を勝ち上がることができた。また、トレーナーが競技に精通していることから、メンタル面でのサポートも多く、生徒・顧問が安心して競技に打ち込める環境が整備された。

4 今後の課題

本校では、サッカー部以外にトレーナーを外部指導者として活用している運動部はなく、平常のスポーツ傷害は顧問・養護教諭等の対応となっていることから、この度の取組内容をサッカー部にとどめることなく、トレーナーの複数部への活動支援に波及させることが必要と考える。

また、生徒の自己管理能力をさらに向上させるためには、スポーツ傷害の未然防止に力点を置き、体調管理ノートの導入や継続的な筋力・可動域等の測定に基づくきめ細かなトレーニング計画が必要と考えられる。さらに保護者を含めた栄養指導を行うことで、一層の効果が期待できる。

1-5
専門家の効果的な活用の在り方の検討
実践例

教育委員会名 熊本県教育委員会

電話番号 096(333)2711

メールアドレス taikuhoken@pref.kumamoto.lg.jp

実践事例校 熊本県立上天草高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』 熊本県立上天草高校は、大矢野高校、松島商業高校、天草東高校の統合により設立され、平成22年度より生徒募集を開始した。しかし、開校以来定員割れが続いている。本校志願者数を確保するためには部活動の活性化は不可欠であり、魅力有る部活動をつくりたいと考え、テーマを設定した。

『取組のポイント』 上天草高校ソフトテニス部では外部指導者に指導をお願いしている。他に社会体育・地元中学校等と連携しより魅力ある部活動を作り、生徒の部活動や学校生活に対する満足度を向上させたいと考えた。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

◎外部指導者の打ち合わせ

外部指導者は上天草高校での指導が5年目になるため、本校の教育活動や生徒の状況も理解されているが、十分に情報交換を行うために打ち合わせを行っている。また、年度当初には校長との面談を必ず行い、顧問とも必要に応じて打ち合わせを行い、技術面での指導はもちろん精神面での指導も顧問と連携しながら行っている。また、生徒とのミーティングに参加していただくことはもちろん、保護者総会にも都合がつかう場合は参加して頂き、外部指導者と保護者との連携も図っている。

◎社会体育との連携

土曜日に、地域のスポーツクラブが松島総合センター「アロマ」松島総合運動公園で練習を行っている。上天草高校ソフトテニス部でも松島総合運動公園での練習を行い、その際スポーツクラブの方に指導をいただいたり、合同での試合形式の練習を行ったりしている。

◎中学校との連携

長期休業中や中体連前の時期などに、地元の中学校のソフトテニス部との合同練習を行っている。また、今年度は8月26日に本校で行われた近隣中学校との中高合同スポーツトレーニング教室にも参加した。



社会人との練習風景



中高合同スポーツトレーニング教室の様子

◎保護者会との連携

上天草高校ソフトテニス部保護者会と連携し、試合の時には極力応援に来て頂くようお願いしている。試合の様子を見て頂き励ましを頂くことはもちろん、夏場の試合が多く、熱中症や食中毒などの心配もあるため、弁当の注文など食事面でのサポートや、緊急で病院に行く必要が生じた場合の当該生徒の保護者との連絡などご協力をいただいている。



試合の様子(後方が保護者)

3 本調査研究から得られた成果 生徒側の視点で取り組みの成果を確かめるため、ソフトテニス部員（2年生3名、1年生5名）への聞き取り調査を行った。

問1. 中学生や社会人など外部との練習について 良い…6 どちらでもない…2 悪い…0

[理由]・人数が多いと練習が盛り上がる。 ・レベルの高い人と試合が出来るのでよい。

・後輩から教えてと言われるとやる気がでる。

問2. 外部指導者に教えてもらうことについて

教えて欲しい…7 どちらでもない…1 欲しくない…0

[理由]・専門的な技術を教えてくれる。 ・自分たちで気付かないクセを教えてくれる。

・練習に気合いが入る。

問3 保護者の応援について 来て欲しい…3 どちらでもない…4 来て欲しくない…1

[理由]・試合に気合いが入る。 ・弁当や水を持ってきてくれる。 ・恥ずかしい。

問4. 今後部活動を魅力的にするにはどうすればよいか

・成績を上げる。 ・部員(マネージャー含む)が増えるとよい。 ・練習試合をいっぱいしたい。

(実施後の生徒の感想)

部員は、一人一人レベルが違い、基礎練習でも苦勞する部分があります。コーチは、一人一人のレベルに合わせて基本的なところから、応用的なところまでしっかりと教えてくれます。おかげで、高校でソフトテニスを始めた部員も少しずつ上手くなりました。練習は、誰よりも大きな声で雰囲気盛り上げてくださり、自分たちの声も自然と大きくなります。試合で、自分たちの流れが良くない時には、悪いところをすぐにアドバイスをいただけるので、とても自信につながります。これからも、コーチから指導していただきたいです。

以上のように、外部指導者・社会体育・中学校などと連携することにより、概ね部員も部活動に満足していると考えている。

4 今後の課題

様々な取り組みの結果、部員も部活動に満足していることが、上記の聞き取り調査から見て取れる。また、年度当初からソフトテニス部の部員数が1名増加し、3名の生徒が見学に来ている。取り組みにより部活動の魅力が生徒に伝わった成果だと考える。その他の部活動を行っていない高校生や中学生などの程度部活動の魅力が伝わったかはわからないが、近隣中学校との合同練習の際、上天草高校への入学・ソフトテニス部への入部を検討している生徒がおり、これも取り組みが浸透した結果だと考える。今後は試合での実績などを上げることにより、部活動の魅力がより発信できればと思う。

専門家の効果的な活用の在り方検討

実践例

鹿児島県教育委員会

電話番号 099(286)5323

メールアドレス gakutai@pref.kagoshima.lg.jp

実践事例校 鹿児島県立加世田高等学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本校では、教職員 38 人中 31 人が 22 の文化系、運動部系の部活動顧問となって活動を行っているが、安全面等を考慮し、一つの部活動に 2 人以上の顧問を配置している。そのため、1 人の職員が二つの部活動の顧問を兼務していることや、専門種目以外の指導を行っている教職員も多数おり、特に運動部活動においては、活動中の生徒のけがや事故等を考えると、その負担は大きく、専門的な知識や技術を持った外部指導者の力に頼らざるをえない現状が課題である。

『取組のポイント』

- (1) 地域スポーツ指導者と連携をした運動部活動の推進により、顧問の指導力の向上と負担軽減を図る。
- (2) 地域スポーツ指導者と連携をした運動部活動の推進により、生徒の意欲の向上及び競技力の向上を目指す。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

- (1) 地域スポーツ指導者に野球の指導全般ができる外部指導者を要請。
- (2) 地域スポーツ指導者を活用した運動部活動の在り方に関する研究を行うためのチームの構築。
 - ・ 研究チームの構成メンバー
教頭、体育科主任、部活動係チーフ、外部指導者派遣対象運動部顧問

【地域スポーツ指導者と顧問の事前打合せ】

トレーナーと顧問の意思疎通を図るため、事前打合せを実施。

【専門性を生かした指導】

個の応じた自主トレーニングの指導を行った。



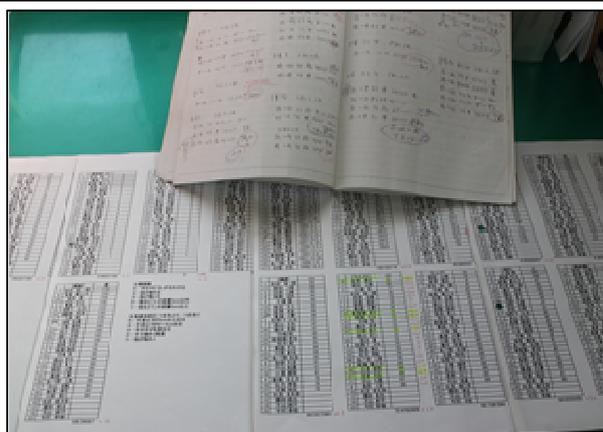
【地域スポーツ指導者によるトレーニング①】

地域スポーツ指導者によるトレーニング指導の様子



【地域スポーツ指導者によるトレーニング②】

地域スポーツ指導者の指導ノート及び測定結果一覧表



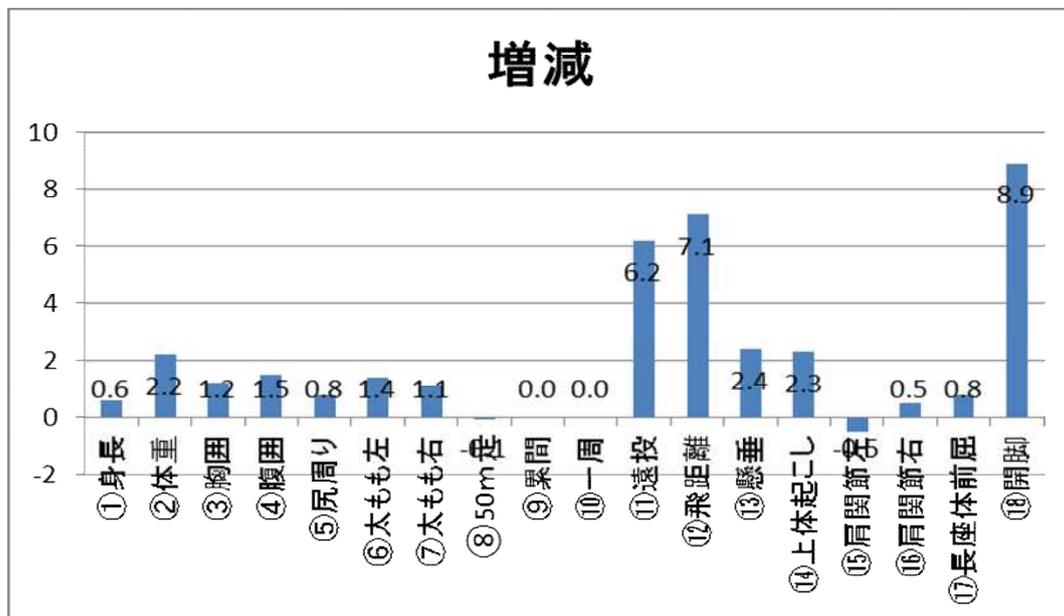
- 部活動保護者を開催し、顧問、地域スポーツ指導者の指導方針や活動方針について保護者に説明し、理解と協力を求めた。
- 生徒の体調や環境に合わせて練習内容を工夫した。例えば、夏場の練習において、練習前の部員の心身状況や疲労度の自己申告を、練習内容に反映させ、熱中症対策として水分補給や休憩など、適切に取り入れるよう留意した。
- 顧問と地域スポーツ指導者が連携して指導することにより、ポジション別や技能別での練習を行い、生徒の個に応じた無理のない活動に努め、けがの防止にも配慮した。

3 本調査研究から得られた成果

【地域スポーツ指導者によるトレーニング指導の結果】

測定項目 18 項目中、15 項目において伸びが確認された。特に⑪遠投、⑫飛距離、⑳開脚における伸びが顕著である。

測定項目	①身長	②体重	③胸囲	④腹囲	⑤尻周り	⑥太もも左	⑦太もも右	⑧50m走	⑨果間	⑩一周	⑪遠投	⑫飛距離	⑬懸垂	⑭上体起こし	⑮肩関節左	⑯肩関節右	⑰長座体前屈	⑱開脚
1回目(11月)	167.7	59.0	84.6	71.1	90.2	53.4	53.3	6.9	4.2	16.4	79.0	77.7	18.1	23.9	4.0	2.5	2.4	99.7
2回目(12月)	168.3	61.2	85.8	72.6	91.0	54.8	54.4	6.8	4.2	16.4	85.2	84.8	20.5	26.2	3.5	3.0	3.2	108.6
増減	0.6	2.2	1.2	1.5	0.8	1.4	1.1	-0.1	0.0	0.0	6.2	7.1	2.4	2.3	-0.5	0.5	0.8	8.9



- (1) 技術指導はもちろんのこと、日頃の生徒のコンディショニングや精神面の指導までしていただき、生徒の意欲や技術面の向上とともに人間的な成長も見られた。
- (2) トレーニング指導については、ほとんどの項目において向上がみられ、適切に専門的な指導をしていただき、基礎的な体力を身に付けるとともに、けがを防止することができた。
- (3) ポジション毎に練習内容等も異なる野球においては、顧問1人ではなかなか指導が行き届かない面もあり、地域スポーツ指導者と連携して指導することにより、それぞれの生徒に対応することができた。また、科学的なトレーニングにおいては学ぶべきことができ、顧問の指導力の向上につながった。

4 今後の課題

- ・ 地域スポーツ指導者の確保に努め、支援体制を強める必要がある。
- ・ 地域スポーツ指導者を効果的に活用できるよう、顧問の指導力、調整力を高める必要がある。
- ・ 地域スポーツ指導者も積極的な活用を図られるよう、顧問会議等で研究を行う必要がある。

専門家の効果的な活用の在り方の検討 実践例

教育委員会名 千葉市教育委員会

電話番号 043(245)5944

メールアドレス hokentaiiku.EDS@city.chiba.lg.jp

実践事例校 千葉市立生浜中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

本校の運動部活動顧問は、必ずしもその競技の専門性があるわけではなく、特に技術的な指導については限界がある。かねてから地域のスポーツ指導者や地域との連携を図っていくことが課題であった。

『取組のポイント』

地域のスポーツ指導者とかかわりを通して、地域との連携を深めるとともに、顧問と地域のスポーツ指導者との指導の一体化と強化、チーム力の向上を目指す。今年度は、ソフトテニス、卓球陸上競技において、地域のスポーツ指導者に指導をお願いした。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

◎研究の概要

(1) 指導上の確認事項

まず、運動部活動の意義、学校全体の目標や方針等について、地域のスポーツ指導者と共通理解を図った。そして、各部の生徒の様子や健康面に関する事、事故が発生した場合の対応等について、顧問と地域のスポーツ指導者とで情報を共有し、個別に支援していくこととした。また指導計画の作成や変更、大会参加への選手決定は、顧問と地域のスポーツ指導者で協議すること、生徒指導上の問題に関しては、顧問が指導していくことなどを確認した。

(2) 役割分担の明確化

地域のスポーツ指導者は、大学時代またはその後もクラブで競技者として活躍しており、専門的な技術はもちろんのこと、各競技に関する情報量が豊富で、生徒たちの技術的な知的欲求にも丁寧な、理にかなった説明や対応ができる。しかし、生徒が指導者から直接指導を受ける時間は限られているので、スキルアップのためのトレーニング方法や試合における戦術的なアドバイスを顧問が受け、練習や試合に生かすようにした。

(3) 指導方針

基礎・基本の充実を目指した指導を重視した。特に能力別の指導、初心者である1年生への細やかな指導をお願いした。また、運動部活動を通して、態度面の向上や挨拶、マナー、日頃の生活など、技能の向上はもとより態度面の向上にも協力を仰いだ。

◎研究内容

- 一斉指導の場面と経験者、初心者に分けての能力別指導を、顧問と地域のスポーツ指導者が連携して行うとともに、部員の負担等を考慮しながら無理のない活動を行った。
- 練習には顧問、地域のスポーツ指導者のいずれかが必ずつくようにし、練習前後の生徒の健康観察に当たった。
- 大会では、顧問、地域のスポーツ指導者が、技術面・精神面の指導の役割分担を決め、試合前、試合中の生徒に対するアドバイスを行った。

初心者への指導（卓球部）



個別球出し（テニス）



棒高跳びの個別練習（陸上）



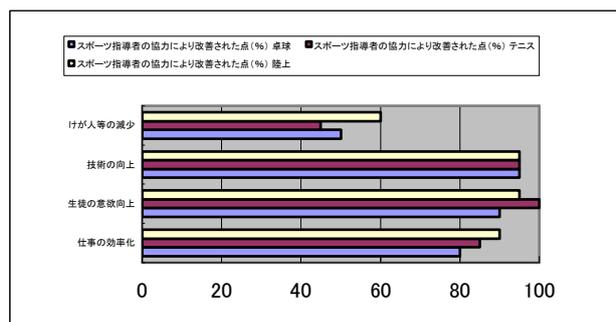
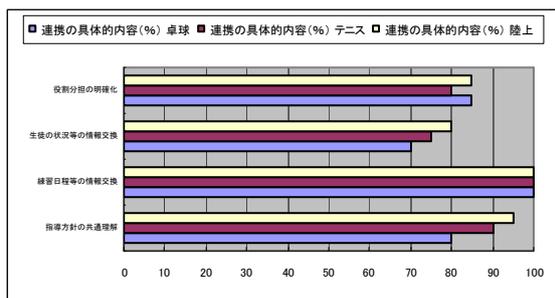
3 本調査研究から得られた成果

地域のスポーツ指導者と連携することで、地域から応援されるチーム作り、また練習時間や機会の確保により、生徒たちの部活動に対する意欲が向上するとともに選手の強化につながった。

下のグラフは顧問による地域のスポーツ指導者についてのアンケートである。

（地域のスポーツ指導者が実際に部活動指導にかかわることへの意識調査の結果）

<陸上・ソフトテニス・卓球>



4 今後の課題

- ◎ 地域のスポーツ指導者の支援体制をより充実させる必要がある。実質はボランティアとしての活動に頼っている現状である。可能であれば、委託期間以外も年間を通して指導をお願いしたい。
- ◎ 顧問と地域のスポーツ指導者との話し合いの場をさらに増やし、指導内容や方法についての方向性を、より確実なものにしていく必要がある
- ◎ 今年度は、卓球・ソフトテニス・陸上の3つの部で地域のスポーツ指導者の派遣を依頼したが、その他の部活動についても、依頼を行っていく必要がある。

専門家の効果的な活用の在り方の 検討実践例

教育委員会名 神戸市教育委員会

電話番号 078 (411) 1631

魚崎中学校 <uoz-ms@sch.ed.city.kobe.jp>

実践事例校 神戸市立魚崎中学校

1 課題及び取組のポイント

『課題』

神戸市の中学校における部活動の入部率は、毎年平均して90%前後を保っており、他都市と比べても高い入部率を維持している。

ただ、生徒数の減少に伴い教員の絶対数も減少する中で、各校において現状の部活動数を維持するのは困難な状況がある。そこで、生徒のスポーツにおける多様な興味・関心にこたえるため、学校間・保護者・地域の理解と協力を得ながら「拠点校」方式の部活動等を実施し、救済を図るとともに運動部活動の活性化を図っている。

しかし、それは同時に2つのチームを指導することになり、練習における安全確保、試合での審判及びコーチング、チームカラーが変わればそのチームに応じた練習を考えるなど顧問の負担が大きくなる等の課題がある。

『取組のポイント』

神戸市では専門的な技術指導を顧問教師のもとで行う外部指導員と、顧問教師が付き添わずとも大会への引率や審判を行うことが認められる特別外部指導員の制度がある。

1. 練習の内容、チームの方針等については事前に十分な協議を行い、外部指導員との連携を図る。
2. 外部指導員の活動日数や活動時間を工夫し、練習の質を向上及び、安全の確保を行う。

2 課題を解決するために取り組んだ内容

(1) 年度当初に顧問と外部指導員との打ち合わせを行い、練習の内容、チームの方針について確認を行った。指導者と部員が集中して練習に取り組める環境を作るため、生活指導に関する指導は顧問が行い、外部指導員は技術面を中心とする専門的な指導が行えるよう分担した。また、急な練習日程の変更や練習試合の日程においても外部指導員との連絡を密にするよう心掛けた。

(2) 活動日数や活動時間に限りがあるため、年度当初の打合せ時に、年間試合計画をもとにして公式戦の前後に指導回数を増やす等、部員たちのモチベーションが高いタイミングに有効的に指導を入れる工夫をした。

3 本調査研究から得られた成果

外部指導員と連携して指導を行うことにより、本校の生徒及び拠点校の生徒両者の安全面において顧問と外部指導員が相談し、きめ細かい配慮、指導ができています。また、顧問から各個人の学校生活の様子や学習に対する取り組み状況等の情報交換をおこなうことで生徒一人一人の特性を理解して指導にあたることができました。そうすることで練習中の指導のポイントや、安全面で留意する点など、よりきめ細やかに助言できるようになった。

【外部指導員アンケートより】

- ・時間に余裕ができ、生徒一人一人に声掛けや、アドバイスがしやすくなった。
- ・日数に制限があるので、もっと増やしてほしい。

◎昨年度の部活動と比べて、〈4:よくなった 3:ややよくなった 2:かわらない 1:悪くなった〉

ア 顧問の部活動の負担が少しでも軽減した (4) 神戸市平均 3.69

イ 顧問の指導力の向上が見られた (4) 神戸市平均 3.3

ウ 部員の技術力向上が見られた (4) 神戸市平均 3.5

〔男子バスケットボール部：全国大会出場〕

エ 地域・保護者との交流が増えた (3) 神戸市平均 2.25

オ 顧問と指導員との連携について (3) 神戸市平均 3.43



【試合の様子】



【ベンチの様子】

4 今後の課題

まず、外部指導員の活動時間に制限があり、平日の部活動においては参加できない場合が多く土・日等の休日中心の活動となっていることである。平日は外部指導員の職場勤務時間と主として放課後の練習時間の調整が難しい。また、区大会規模の試合においては、本校と拠点校の試合時間が重なる場合や、会場が異なる場合があり、審判と自チームの指導が難しい場合がある。大規模な大会では大会本部に配慮してもらっているが、同一会場等で試合ができないといった場合にも同じような問題があげられる。

最後に拠点校活動する生徒は、目的意識が高く、練習にも積極的に参加している。保護者も含めて、その要求に応えていくためには外部指導員活動の充実及び活動日数の拡大が必要であると思われる。