

長野県市町村教育委員会研修総会

自ら考え活動する 子どもたちの育成を目指して

～中学生期の多様なスポーツ環境の充実に向けて～

令和4年10月21日

飯田市教育委員会



① なぜ今、部活動を改革するのか ～取組の歩み～

中学校の部活動は、体力や知識・技能の向上、仲間と切磋琢磨したり好ましい人間関係を築いたり、教育的意義の大きいものです。しかし、社会の変化や少子化等の影響を受け、様々な課題があります。

飯田市教育委員会では、**休日部活動の地域移行の提言**も踏まえ、学校だけでなく地域と一体となって取り組むことで、これからの時代の「豊かな教育環境を創造」していきたいと考えています。

◆実態調査(H30)を踏まえた取組の歩み

	学校教育における取組 部活動の適正化	地域における取組 新たな活動の場づくり
R1	放課後部活動オフ期間導入(1ヶ月)	全市型競技別スポーツスクール 試行実施(1月)
R2	本格実施(11～1月 3ヶ月間) 部活動の延長の「社会体育」の廃止	本格実施(9月～3月)
R3	冬期ジブン・チャレンジ期間(名称変更) やりたいことに挑戦するオンライン授業	体験型スクール導入(7月～) 競技力向上スクール(9月～)
R4	冬期ジブン・チャレンジ期間 生徒主体の部活動運営モデル事業	体験型スクール(7月～) 競技力向上スクール(9月～)



② 実態調査で明らかになった実態(1)

課題① 長時間化する部活動

- ✓ 年間総活動時間/平均**665**時間 (平成30年度 市教委部活動調査より)
- ✓ **1,000**時間を超える部活動も (中学の総授業時数は、約**1,050**時間)

部活動の年間総活動時間が、総授業時数と同等の部が存在する実態が明らかになりました。

課題② 継続する「部活動の延長の社会体育(※)」

※部活動と同様の活動が連続又は近接して行われ、部活動と同じ部員、同じ指導者によって構成されるもの

- ✓ 部活動の加熱化の一因となり長時間に及ぶ活動が常態化する
- ✓ 万が一の事故等の起こった場合の責任の所在が曖昧である
- ✓ 任意の参加であっても参加せざるを得ない状況や雰囲気になる

「部活動の延長の社会体育」は、全国ほとんどの地方自治体では行われていないが、長野県が取り残した課題の一つ。【信州大学大・渡辺敏明准教授の講演より】



② 実態調査で明らかになった実態(2)

課題③ 運動部活動の加入率低下(運動ばなれ)

- ✓ 全国より低い運動部活動の加入率 (飯田市約 59%/全国平均約 65%)

課題④ 専門的な知識や競技経験が少ない 教職員による指導(指導の安全性・専門性)

- ✓ 専門的な知識が乏しい中で指導の困難さを訴える教職員の声

課題⑤ 生徒数減少に伴う部活動数の減少と 競技・活動の選択肢の少なさ

- ✓ 部活にない他のスポーツもやってみたいと願う生徒の声



③ 中学生期のスポーツ環境の方向性



学校教育としての部活動の適正化

心身の健やかな成長と生きる力を育む
学校の教育活動としての部活動の充実



「学校教育」と「社会体育」の連携・協働

地域において多様な選択が可能な
社会体育・地域スポーツ文化活動の充実



社会教育として
地域の豊かなスポーツ文化の醸成

スポーツ・文化環境の充実には
学校だけではなく、
地域との連携と協働が
必要不可欠です



④ 「部活動の活動指針」改定のポイント



① 部活動の意義を再定義/再確認

- ✓ 心身の健やかな成長と生きる力を育む「**学校の教育活動**」
 - ・放課後の部活動は、**すべての生徒が参加できる**完全下校時間まで。
(保護者の迎えを前提とせずに安全に帰宅できること)
- ✓ **生涯にわたって運動と親しんでいく力**を育む(学習指導要領より)
 - ・指導者が技術を教えこむ場でなく、**生徒が主体的に自律して取り組む場**とする

② 適正な活動時間を設定

- ✓ 学期中は、週2日以上**の休養日**を設ける(スポーツ庁策定指針より)
 - ・平日は少なくとも1日以上、土・日は少なくとも1日以上**の休養日**を設ける
 - ・練習時間は平日は長くとも2時間程度、休日は3時間程度とする

③ 「部活動の延長としての社会体育」の廃止

- ✓ 平成26年県教育委員会の通知をもとに廃止



⑤ 放課後部活動オフ期間の設定(1)

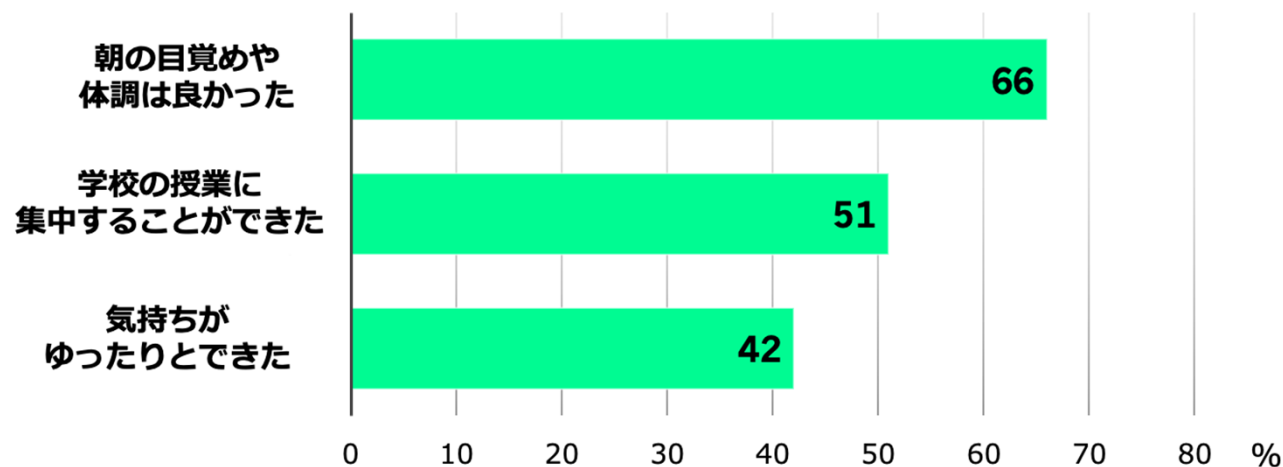
令和元年度

■放課後部活動オフ期間について

- ◆部活動を“**教育活動の一環**”として位置づけ、すべての生徒が保護者の送迎を前提とすることなく、**学校の責任の下で活動し、安全に帰宅できることが大切と考え、完全下校時刻が早まる冬期に部活動オフ期間を設定**

1月 放課後部活動オフ期間の試行実施

Q:オフ期間を過ごして、生活にどのような変化がありましたか



⑤ 放課後部活動オフ期間の設定(2)

令和2年度

■オフ期間が生徒に有効な可能性がある→3ヶ月間の導入へ
11月～1月までの約3ヶ月間のオフ期間の実施

年間総活動時間665時間 ⇒ 410～430時間に改善(教育委員会推計)

Q. 放課後の部活動を行わない期間があって良かったと思いますか。

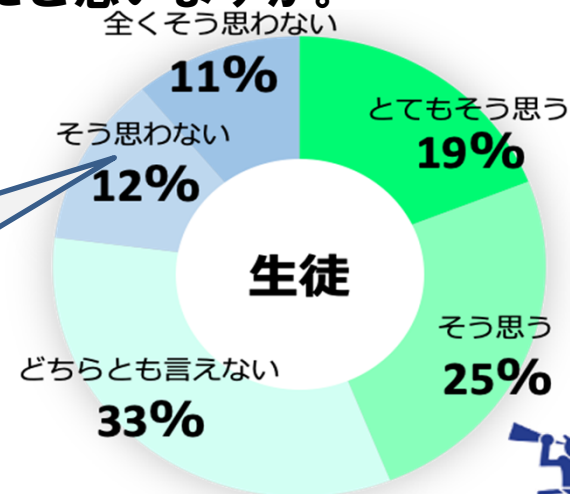
□44%の生徒が3ヶ月のオフ期間を

肯定的に捉えている

□一方、3ヶ月を

「どう過ごせば良いのか？」という意見も

突然部活が無くなって、
主体的に行動しろって
言たってムリ!



⑥ 冬期ジブン・チャレンジ期間の取組

令和3年度

■オフ期間を「冬期ジブン・チャレンジ期間」に変更

“自分のやりたいこと”を決め、アクションプランを立て、挑戦する期間とした

授業の3つのゴール

「冬季ジブン・チャレンジ期間」に

1. **挑戦すること**を決める
2. 取り組む具体的な**アクションプラン**を立てる
3. **前向きに取り組みたい**という気持ちが湧く

やったことないことにチャレンジしたい！

人や地域の役に立ちたい！

今やっていることをさらに深めたい！

心と体をリフレッシュしたい！

1ヶ月の「アクションプラン」を立てよう

良いアクションプランとは？

「いつ」「どこで」「誰と」「何を」「どのくらいやる」が具体的

やりたいこと

将来海外に行ってみたいし、この期間に**英語の能力**を伸ばしたいな！

英語の復習をがんばる！



あいまいAさん

「英語の授業があった日の夕食後」に「家の勉強部屋」で、「一人」で、「英語の教科書の音読と単語の暗記」を「30分間」やる。



はつきりBさん



筑波大学との
双方向型オンライン授業を実施

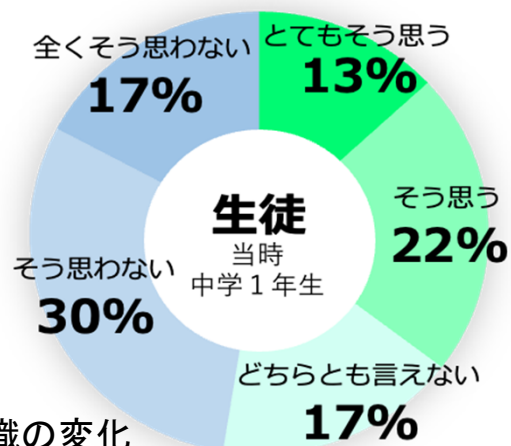


9

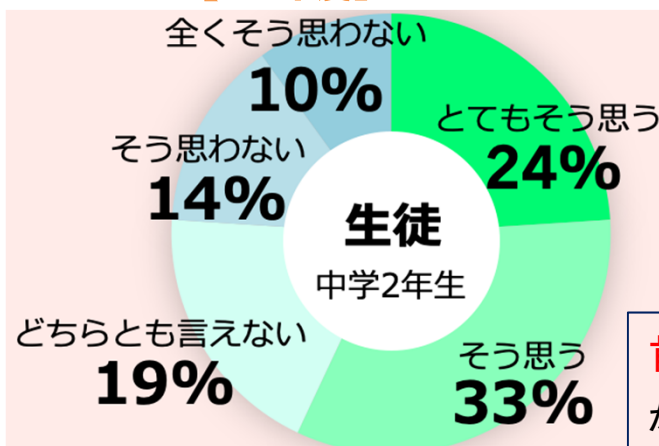
⑥ 冬期ジブン・チャレンジ期間 生徒の変化

令和3年度 Q. 「放課後の部活動を行わない期間」があつて**良かった**と思いますか？

【R2年度】



【R3年度】



肯定的に捉えた生徒
が大きく増加

行動・意識の変化

- 部活動アンケート ○学校の授業に集中することができた R2:41%⇒R3:44%
- 授業を受けた生徒の声 ○部活以外にも自分にできることがあるということをわかることができた。
- 計画を立て実行することは単純に見えて自分には難しいことだと感じた。しかし、小さなことをコツコツと続けていくことは自分でもできることが分かった。
- 学力学習状況調査 ○「家で、自分で計画を立てて勉強していますか」の問いに「している」、「どちらといえばしている」と答えた割合が増加 R1:46.9%⇒R3:58.4%
- 参考 ※令和2年度の中体連大会期間中のケガは過去5年間と比較すると大幅に減少した。【飯伊接骨院トレーナーズ協会調】



⑥冬期ジブン・チャレンジ期間 教職員の変化

令和3年度

Q. 「放課後の部活動を行わない期間」(冬季ジブン・チャレンジ期間)

ご自身の**授業準備**に変化はありましたか？

【R3年度】

【R2年度】

準備の時間は増えず
授業は充実しなかった

5%

準備の時間が増え
授業が充実した

37%

教職員

どちらとも言えない

59%

準備の時間は増えず
授業は充実しなかった

6%

準備の時間が増え
授業が充実した

45%

教職員

どちらとも言えない

49%

「授業が充実した」と
回答した割合が増加

ジブン・チャレンジ期間の
行動・意識の変化
(部活動アンケートの結果)

時間外勤務が減少し、帰宅時刻が早まった R2:52%⇒R3:58%

生徒と関わる時間を多くとれた R2:18%⇒R3:23%

気持ちについて「ゆったりとできた」 R2:59%⇒R3:65%

研修や自己研鑽などの時間が多く取れた R2:26%⇒R3:36%



⑦ 生徒の主体性を引き出す取組

令和4年度

■生徒が主体となる部活動の実現へ向けたモデル事業

～ウェルビーイングを感じられる部活動を目指して～

【個人ワーク】自分がスポーツ活動を行う目的を確認してみよう！

Q：今の部活動にどのくらい満足していますか。当てはまるものに○をつけて下さい

全く満足して
いない あまり満足して
いない どちらでも
ない やや
満足している とても
満足している

Q：部活動をやっている **楽しい/充実している** と感じる時はどんなときですか？

Q：部活動をやっている **嫌だ/つまらない** と感じる時はどんなときですか？

参加している **誰もが**、

楽しい/充実している と感じられる部活動に

していきたいと思いませんか？

ウェルビーイングなスポーツ活動

筑波大学との
双方向型オンライン授業を実施

ウェルビーイングなスポーツ活動を実現するための3ステップ

Step
01

ウェルビーイングについて理解しよう！

自分がどんな時にウェルビーイングが高まるか理解しよう
メンバーがどんな活動をしたかと思っているか理解しよう



Step
02

チームのビジョンを決めよう！

どんなチームにしていきたいかを話し合おう
チームのビジョン（理想の姿）をはっきりさせよう



Step
03

チームの活動計画を立てよう！

1年間のスケジュールを立てよう。
次の1ヶ月でどんなことに取り組むかを決めよう。



取組の様子を映像でご覧ください

冬期ジブン・チャレンジ授業の様子

全市型競技別スポーツスクールの様子



⑧ 全市型競技別スポーツスクールの取組

理念

中学生が地域（コミュニティ）の中で、主体的に様々なスポーツ活動を行うことを通じて、心身の健やかな成長と豊かな社会性を育む。

方針

- ✓生徒の主体性と多様な選択肢が尊重される活躍の場
- ✓指導は発達段階における適切なものとし、資格や相応の経験を有する者が行う
- ✓短期的な勝利を目指すのではなく、長期的な育成を目的とする
- ✓安心・安全を前提とし、多くの生徒が参加できること



中学生期の適切なスポーツ活動の推進に向けて

飯田市の児童生徒の体力は、全国体力・運動能力テストの結果において、全国や長野県より低く、保護者の皆さんが小中学生の頃の体力と比較しても年々低くなる傾向にあります。一方、長時間に及ぶ中学校部活動や部活動の延長の社会体育の活動が常態化することで、心身に支障をきたすことが指摘されています。

そこで、飯田市では、令和元年度より学校教育と社会体育が連携して、中学生期の適正なスポーツ活動のあり方について考えていく取組みを進めてきています。

学校教育においては、「**飯田市中学校部活動の活動方針**」の見直しを進め、社会体育においては、「**全市型競技別スポーツスクール**」を進めています。

【取組の経過】

- R1 1か月(1月)試行実施
⇒8競技 延べ604名参加
- R2 7か月(9~3月)本格実施
⇒8競技 延べ1,380名参加
- R3 6か月(7~12月)実施
⇒10競技 延べ797名参加



⑧ 全市型競技別スポーツスクールの仕組み

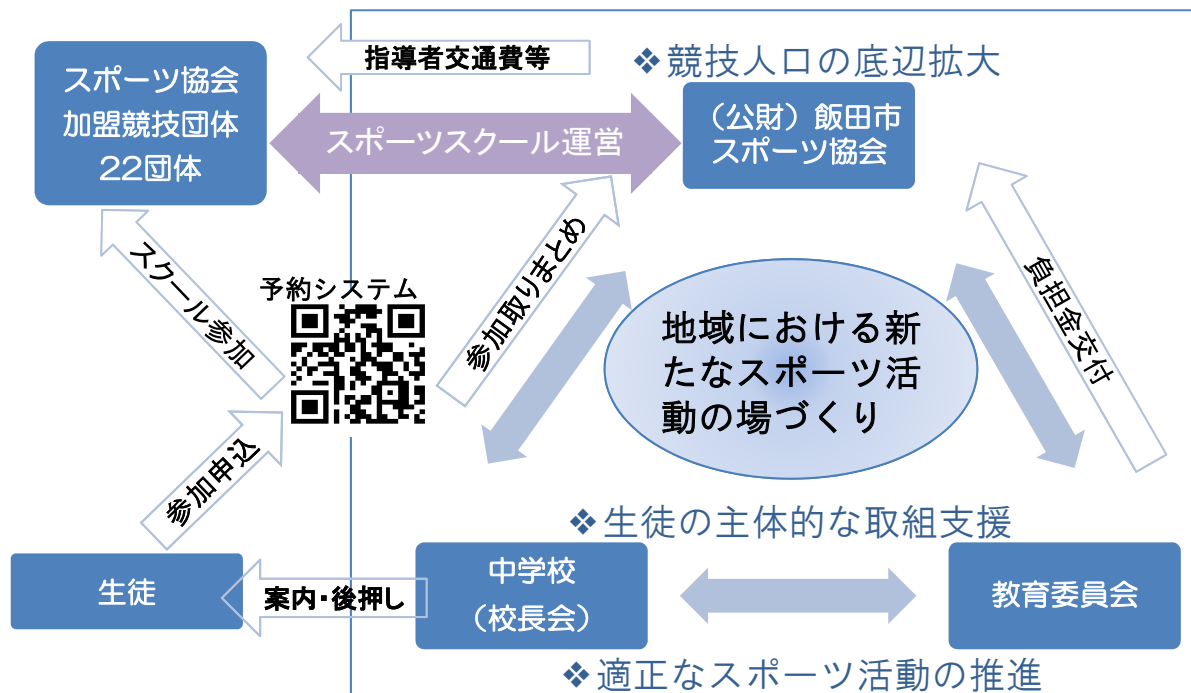


(公財) 飯田市スポーツ協会



飯田市教育委員会

飯田東中、飯田西中、緑ヶ丘中、竜東中
竜峡中、旭ヶ丘中、鼎中、高陵中、遠山中
中学校（校長会）



対象者：中学1・2・3年

※3年生は受験の時期に配慮

時 間：1回2時間

※部活動の時間を含めて、部活動活動方針の範囲内とする

受講料：1回500円（傷害保険料含む）

保 険：生 徒 傷害保険加入

指導者 賠償責任保険加入

指 導：有資格者や指導実績を有する者

送 迎：各家庭で対応

負担金：指導者交通費1,500円/回・人

※参加者10人以下でも2人の指導者

準備金（道具等の準備）

運営事務費



⑧ R3 全市型競技別スポーツスクールの取組(1)

中学生・保護者の皆さんへ

令和3年度 全市型競技別 スポーツスクール

スポーツを通じて自分自身の可能性をひろげてみませんか？

〈目的〉

新しいスポーツをやってみたい、もっとうまくなりたいと願う生徒の皆さんのために、
スポーツ活動の新しい選択肢を示し、生涯にわたるスポーツライフの実現を目指します。

❖ 体験型スクールの新設 14種目

バレーボール、バスケットボール、サッカー、ソフトテニス、硬式テニス、バドミントン、弓道、アーチェリー、空手、柔道、合気道、陸上、マレットゴルフ、スキー・スノーボード

ポイントは・・・
学校教育と社会体育との
連携・協働

新設

◎体験型スクール

・・・生徒の「やってみたい」を応援

日頃からスポーツに親しむ機会の少ない生徒や学校部活動にはない種目をやってみたいという生徒が、スポーツの楽しさを知ることができる 初心者コース

◎競技力向上スクール

・・・生徒の「もっとやりたい、上手になりたい！」を応援

各種目の技術力を高めたいと思っている生徒が、より専門性の高い指導を受けて技能や戦術を高めることができる レベルアップコース

参加生徒の感想(アーチェリー)・・・

最初はうまくいかなかったけど、後半はうまくいったので良かったです。わかりやすく教えてもらったので、楽しかった。

保護者の感想・・・

本人がやってみたいとのことで体験させていただきました。
初めは「怖い」と言っていたのですが、とても嬉しそうにガッツポーズをしていて楽しかった姿が見れました。貴重な体験ありがとうございました。



16

種目 全19講座	PR 同日開催であっても、体験型・競技力向上それぞれのメニューで指導します。	体験型 スクール	競技力向上 スクール	開催期間							時間	会場	
				月	火	水	木	金	土	日			
バレーボール男子	サーブ、レシーブの打ち方を学びます。アタックにも挑戦してみよう。経験者は、サーブ、レシーブ、パス、アタックを組み合わせたコンビネーションの技術の向上を目指します。	●	●		●						10月～3月	18:30～20:00	飯田市勤労者福祉センター体育館
バスケットボール男子	個人のスキルアップに加え、ゲーム中での状況判断能力の向上を目指します。基礎から応用まで一貫した指導を行います。		●		●						10月～3月	19:30～21:00	緑ヶ丘中学校体育館
バスケットボール女子			●								10月～3月	19:30～21:00	緑ヶ丘中学校体育館
バスケットボール(初心者向け)	ドリブルやシュートなど基本的な技術を、丁寧に教えます。技術も含め、楽しくバスケットボールをしましょう。	●			●						10月～3月	19:30～21:00	鼎体育館
サッカー	キックやトラップといった、ボールタッチの仕方を学びます。パス交換をして、ゴールを目指します。ゲーム中における攻撃や守備のコンビネーションなど、幅広い技術の向上を図ります。	●	●			●					10月～3月	19:00～21:00	飯田東中学校校庭
ラグビーフットボール	ラグビーという競技を知ってもらい、パスやキック等の基礎を身に付け、タッチフットのゲームを楽しみます。	●					●				10月～3月	19:00～21:00	矢高グラウンド 飯田OIDE長姫高校グラウンド
ソフトテニス	ストローク、サーブ、ボレー等を中心に、技術の上達を目指します。		●										調整中
硬式テニス	ラケットの握り方から、ラリーを中心にテニスの楽しさを学びます。	●				●					10月～2月	19:00～20:30	桐林屋根付多目的運動場
バドミントン	ラケットの握り方から、特有のフットワークやスマッシュの打ち方まで学びます。「バドミントンをやりたい!」と思っている方ならどなたでも参加してみてください。	●							●		11月～2月	9:00～11:00	上郷体育館
アーチェリー	的に近い距離から矢を引いてみることにチャレンジします。少しずつ距離を伸ばして、最後はミニゲームをします。	●							●		不定期	9:00～10:30	鼎弓道場
弓道	弓道の基本と動作を習得し、的に向かって矢を放つまでに行います。	●									10月～12月	19:00～21:00	市営弓道場
空手	空手の基本である「立ち方・払い・受け・突き・蹴り」を練習し、空手を楽しみます。「うまく身体を動かしたい」、「強くなりたい」、「カッコよく演武したい」など目的に応じた指導を行います。	●	●		●	●	●	●	●		10月～3月	18:30～21:30 (内2時間)	拳武館、スタジオ ピルエットほか
柔道	礼儀や身を守る受け身など精神面と強い身体づくりを中心に、基本技の上達を行います。	●	●		●						10月～3月	19:00～21:00	飯田市武道館
合気道	礼法、稽古法、基本体捌(さばき)、受身、膝行、初歩の技などを学びます。	●			●	●					10月～3月	19:00～20:00	Ⓢ 上郷柔剣道場 Ⓢ 飯田市武道館
陸上	ISジュニア	●	●			●			●		10月～3月	Ⓢ19:00～20:30 Ⓢ10:00～12:00	Ⓢ 飯田市総合運動場 Ⓢ 飯田運動公園
	イダッシュAC	●	●					●			10月～3月	Ⓢ19:30～21:00 Ⓢ15:00～17:00 (Ⓢ競技場が使える場合)	飯田市総合運動場
	トップアスリート	●	●			●	●				10月～3月	17:00～19:00	飯田市総合運動場
マレットゴルフ	みんなでマレットゴルフの楽しさを体験してもらいます。付添いの保護者の方も一緒にやりましょう。	●							●		11月6日	9:30～12:00	龍江今田平マレットゴルフ場
スノーボード(スキー)	スキー・スノーボードの楽しさを体験してもらうことから、ターン、スラロームの上達を目指します。	●								調整中	冬季	調整中	治部坂高原スキー場



⑧ R3 全市型競技別スポーツスクールの取組(3)

中学生・保護者の皆さんへ

令和3年度 全市型競技別 スポーツスクール

スポーツを通じて自分自身の可能性をひろげてみませんか？

〈目的〉

新しいスポーツをやってみたい、もっとうまくなりたいと願う生徒の皆さんのために、
スポーツ活動の新しい選択肢を示し、生涯にわたるスポーツライフの実現を目指します。

◆ 指導者の心得6カ条の策定

校長会と(公財)飯田市スポーツ協会の競技団体代表者による検討会議で提案された理想の指導者像

ポイントは…
学校教育と社会体育との
連携・協働

指導者の心得6カ条

私たちは、全市型競技別スポーツスクールの指導者として、保護者とともに、
子どもの最大の理解者であり最高の応援者となるために、以下のことを大切に
します。

1. お互いを認め合える“人”を育てます。
2. プレイヤー自身が“考える”ことを尊重します。
3. 勝敗よりも、プロセスを重視します。
4. 怪我やバーンアウト(燃え尽き)から守ります。
5. 指導のあり方を学び続けます。
6. 生涯、スポーツを楽しめる大人に育みます。



⑨ 休日部活動の地域移行に向けたこれからの取組

★取組の目的

中学生が、地域(コミュニティ)の中でウェルビーイングを感じながら、主体的に様々なスポーツ活動に取り組むことを通じて、心身の健やかな成長と豊かな社会性を育む

1 適正な部活動の継続と生徒の主体性を育む部活動の推進【学校教育】

- ① 冬季ジブン・チャレンジ期間の取組の全中学校への展開
- ② 生徒が主体となる部活動の実現へ向けたモデル事業

2 地域のスポーツ環境の充実に向けた取組【社会教育】

中学生のスポーツ志向を踏まえ

◆スポーツを楽しみたい ◆多様な種目を楽しみたい ◆特定種目の競技力を高めたい

従来の部活動をそのまま地域に移行するのではなく、適正な活動時間を維持したうえで、中学生の希望(種目・レベル等)に対応できる地域のスポーツ環境の充実を図る。

- ① 地区内のスポーツ団体の現状把握・整理
全市型競技別スポーツスクール以外のスポーツ少年団、総合型・民間スポーツクラブなど
- ② 中学生期を中心とする子どもたちのスポーツ活動の充実を図る組織の構築
地域・学校・関係団体・行政による連携会議の設置 (県・近隣市町村との連携)

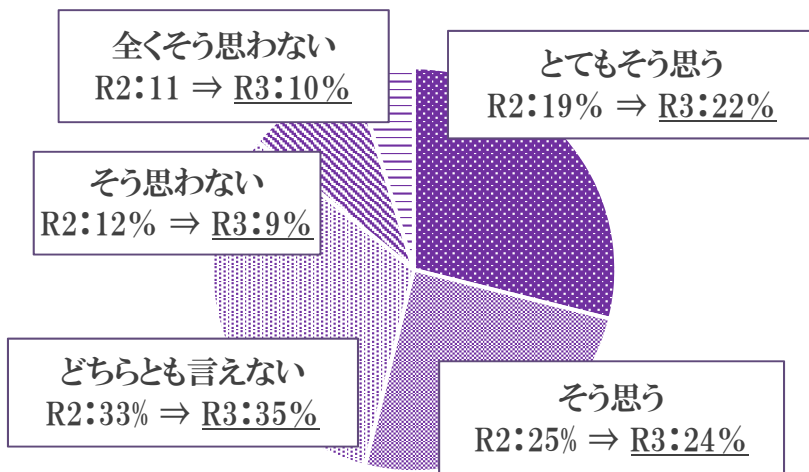


【参考資料】 生徒・教職員アンケート結果

◆「放課後部活動オフ期間」の総合評価

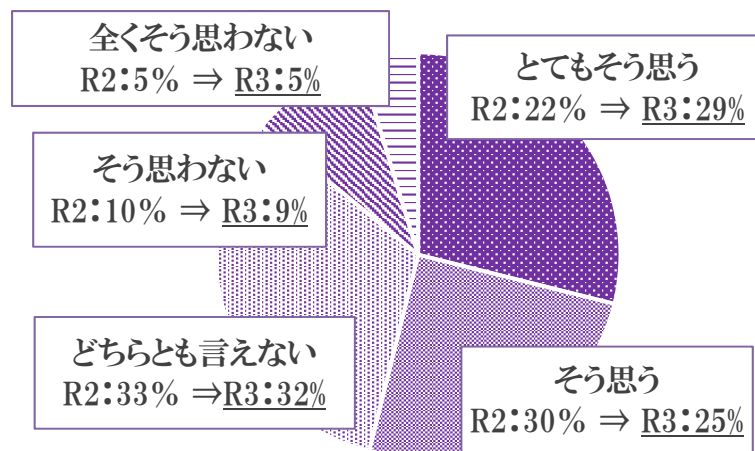
Q「放課後の部活動を行わない期間」があつて、良かったと思いますか？

◆生徒回答 R3



「放課後の部活動を行わない期間」があつて良かったかの質問に、「とてもそう思う」、「そう思う」と答えた生徒は、「家族と一緒に過ごす時間」や「学校での宿題や予習復習の時間」が、増えている傾向がある。

◆教職員回答 R3



R3 生徒の46%、教職員の54%がオフ期間に肯定的でした

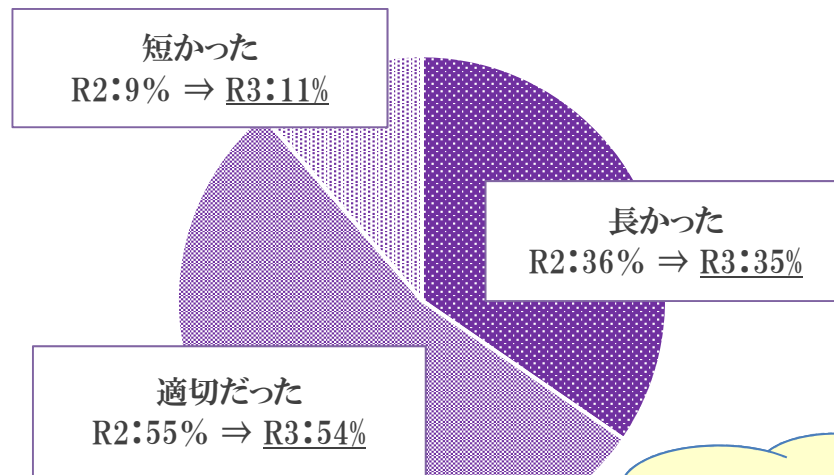


◆「放課後部活動オフ期間」の長さについて

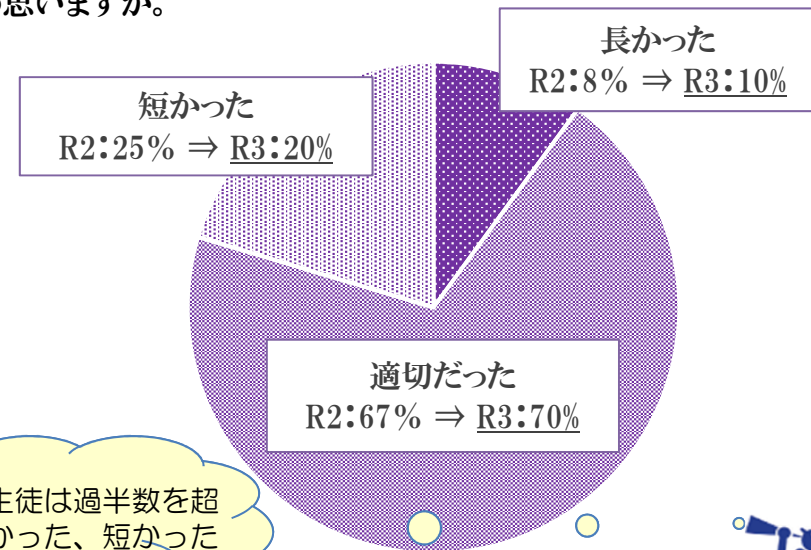
Q「放課後の部活動を行わない期間」の長さについてどう思いますか？

◆生徒回答 R3

■「放課後の部活動を行わない期間」の長さについて、どう思いますか。



■冬季大会参加に向けた放課後部活動の延長は、大会や試合の4週間前から可能でしたが、この期間についてどう思いますか。



適切だったと回答生徒は過半数を超えていますが、長かった、短かったとした生徒も一定数いました

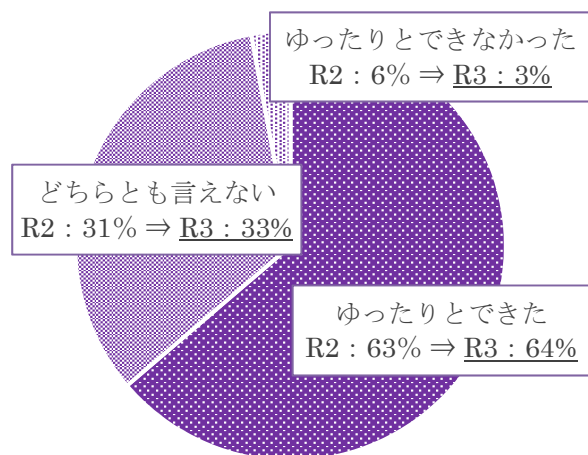


◆「放課後部活動オフ期間」の「行動・意識の変化」について

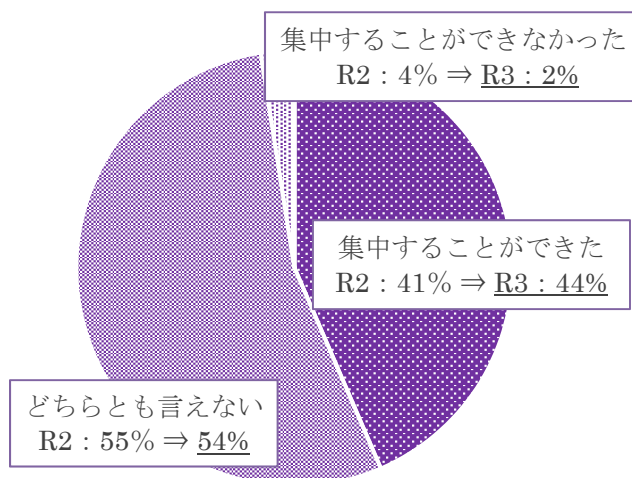
Q「放課後部活動の行わない期間」の様子を教えてください。

◆生徒回答 R3

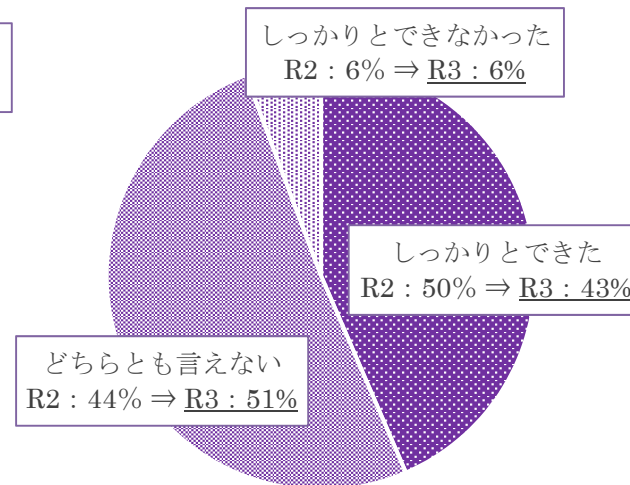
(1) 気持ちについて



(2) 学校の授業について



(3) 家庭学習について



「気持ちがゆったりとできた」と回答した生徒は64%

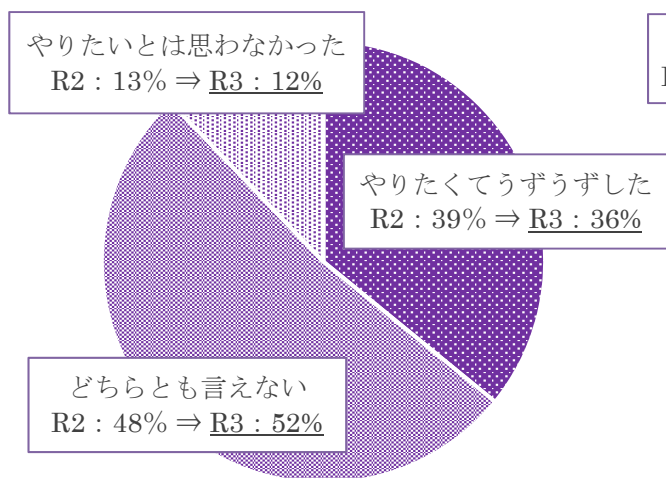


◆「放課後部活動オフ期間」の「行動・意識の変化」について

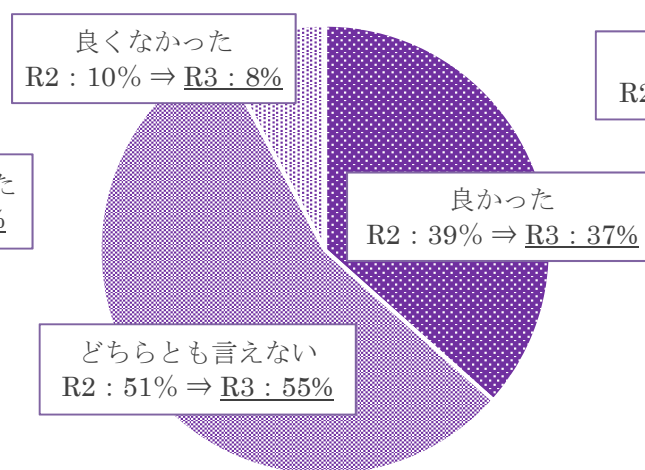
Q「放課後部活動の行わない期間」の様子を教えてください。

◆生徒回答 R3

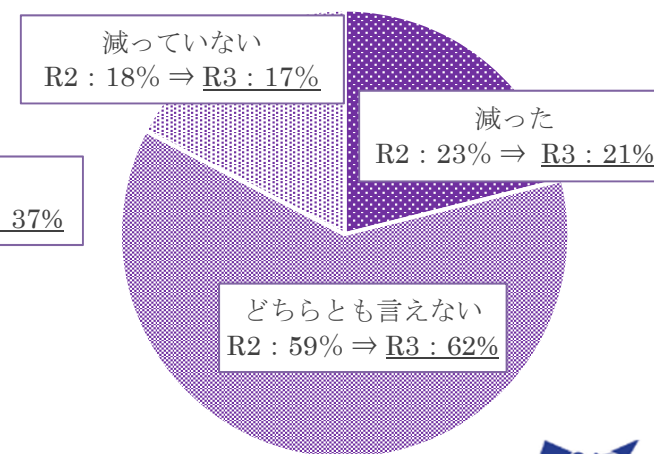
(4) 部活動について



(5) 朝の目覚めや体の調子



(6) イライラすることや心配事



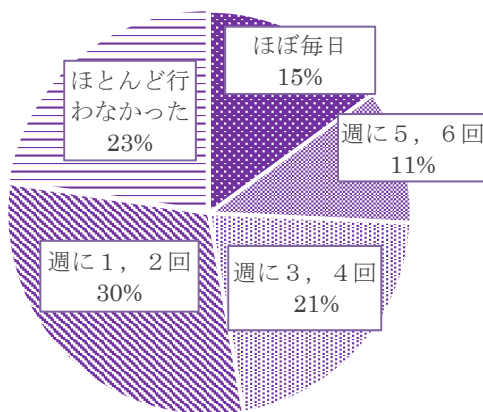
◆「放課後部活動オフ期間」の「運動」について

Q「放課後部活動を行わない期間」に**運動した回数・内容**を教えてください。

◆生徒回答 R3

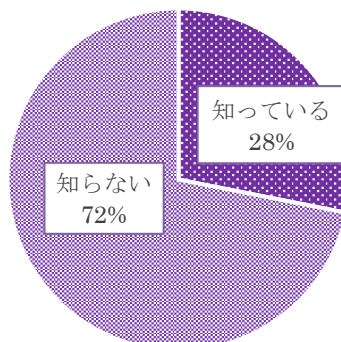
(1) 身体を動かした程度

■意識して体を動かす機会ほどの程度ありましたか。

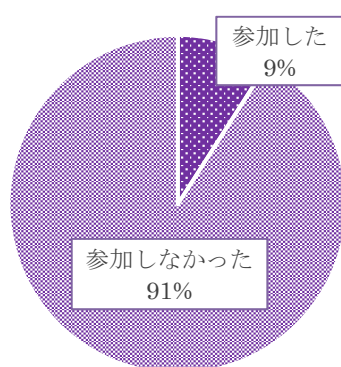


(2) 全市型競技別スポーツスクール

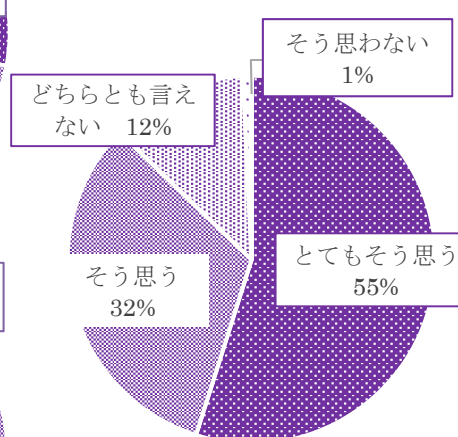
■知っていますか



■参加しましたか

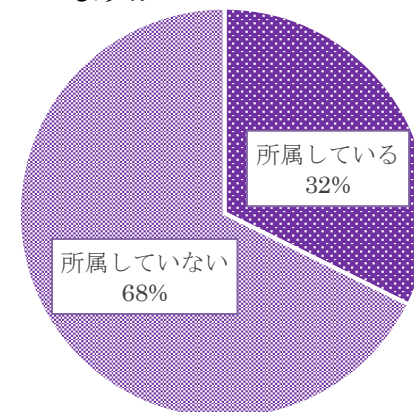


■参加してみて満足しましたか



(3) 地域での社会体育

■全市型スポーツスクール以外の社会体育や地域クラブ等(文化的な活動を含む)に所属していますか



全市型競技別スポーツスクールへの参加者は9%

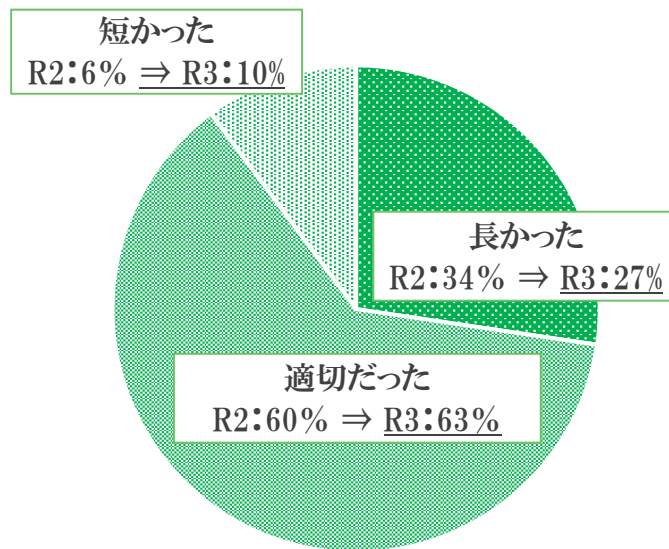


◆「放課後部活動オフ期間」の長さについて

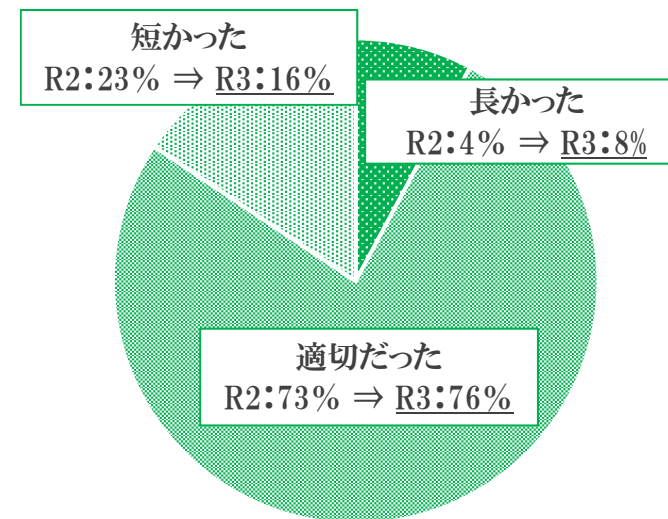
Q「放課後の部活動を行わない期間」の長さについてどう思いますか？

◆教職員回答 R3

■「放課後の部活動を行わない期間」の長さについて、どう思いますか。



■冬季大会参加に向けた放課後部活動の延長は、大会や試合の4週間前から可能でしたが、この期間についてどう思いますか。

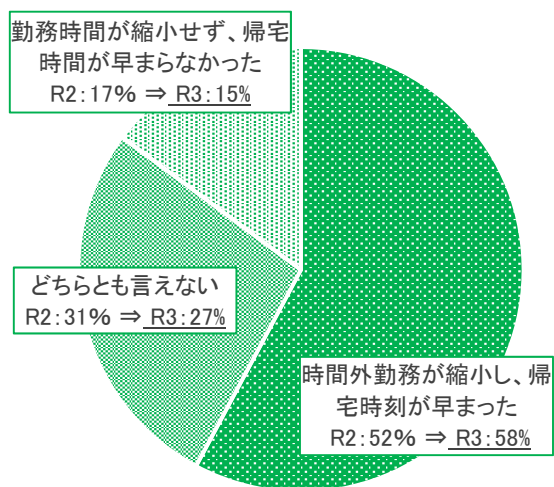


◆「放課後部活動オフ期間」の「行動・意識の変化」について

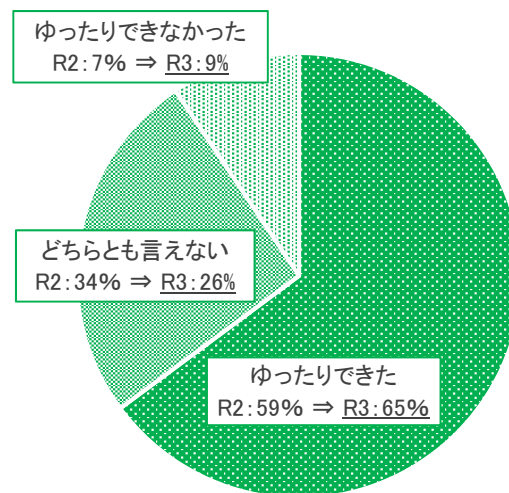
Q「放課後部活動の行わない期間」の様子を教えてください。

◆教職員回答 R3

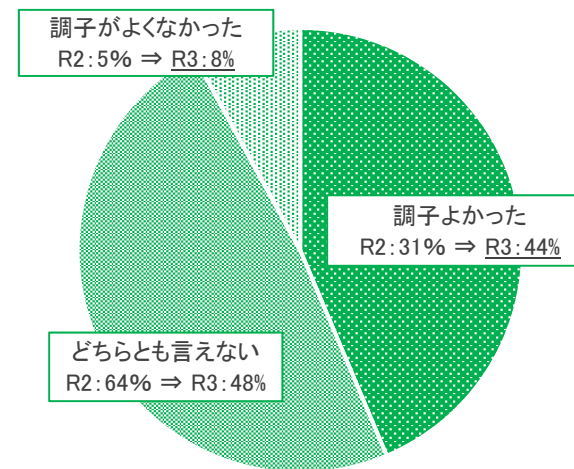
(1) 時間外勤務や帰宅時間



(2) 気持ちについて



(3) 体の調子について



◆「放課後部活動オフ期間」の「行動・意識の変化」について

Q「放課後部活動の行わない期間」の様子を教えてください。

◆教職員回答 R3

(5) 生徒と関わる時間について

(7) 研修・自己研鑽などの時間

(4) 部活動の指導について

(6) 職場内の教職員同士の
コミュニケーション

