

令和元年度・運動部活動改革プラン

＜地域との協働・融合に関する調査・実践研究＞

「部活動へのアスレティックトレーナー等の派遣と
チャレンジクラブ制度の導入の効果と課題の把握」

報告書

令和2年3月

NPO法人浦和スポーツクラブ

目 次

1. 事業概要	1
2. 事業内容	2
2. 1 アスレティックトレーナー等の専門家派遣	2
2. 2 チャレンジクラブの実施	3
2. 3 関係者会議の実施	4
3. 事業の実施方法等	6
3. 1 アスレティックトレーナー等専門家派遣	6
3. 2 チャレンジクラブの実施	12
3. 3 関係者会議の実施	16
4. 事業の成果等	17
4. 1 専門家派遣に関する成果と課題	17
4. 2 チャレンジクラブの成果と課題	22
4. 3 部活動改革にむけた課題と対応	25
5. 今後の取組について	35
6. 資料	38
(1) 専門家派遣報告	
(2) 怪我等に関する相談報告	
(3) 各部指導配布資料	
(4) 栄養指導配布資料	
(5) もっちゅうアップ講習会資料	
(6) もっちゅうアップ生徒配布資料	
(7) 栄養講習会資料	
(8) 事前アンケート結果	
(9) 事後アンケート結果	

1. 事業概要

(1) 事業名

2019年度「運動部活動改革プラン」地域との協働・融合に関する調査・実践研究
通称：本中プロジェクト

(2) 事業実施機関

- ①受託機関 NPO法人浦和スポーツクラブ
- ②協力機関 早稲田大学 スポーツ科学学術院
アスレティックトレーニング研究室（広瀬統一教授）
さいたま市立本太中学校

(3) 事業期間 2019年7月5日～2020年3月10日

(3月1日以降は、新型コロナウイルス対応の休校により事業中止)

(4) 事業目的

- ・ 中学生の運動部活動が抱える課題の解決を目指し、中学校と地域スポーツクラブ等の地域のスポーツ関係者が連携して運動部の活動形態の変革を図る。

(5) 事業概要

目的の実現を目指して、関係者の話し合いを始めるとともに、できるところから課題解決のための具体的な取組みとして、以下について試行する。

① アスレティックトレーナー等の専門家の派遣

- ・ 専門家を派遣することで、運動部活動に参加する生徒のスポーツ傷害の防止とパフォーマンスの向上を図り、アスリートとしての活躍や生涯を通してスポーツを楽しむことができる体づくりに取組むとともに、スポーツへの科学的アプローチのリテラシー向上を狙う。

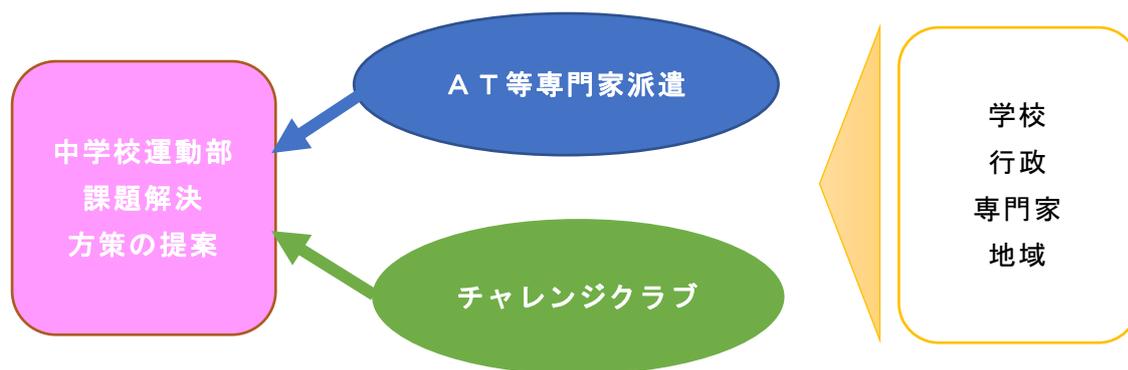
② チャレンジクラブの実施

- ・ 浦和スポーツクラブ事業として、学校管理時間外に外部指導者によるプログラムを実施。
- ・ 学校管理時間外の活動とすることによる顧問教員および生徒達に生じる変化について把握する（負担軽減効果やまとまった練習時間をとることによる効果など）ことを目的とする。

③ 関係者会議の実施

- ・ 上記の2種の取組みを円滑に実施するために、関係者間の連絡調整会議を開催。

2. 事業内容



2. 1 アスレティックトレーナー等の専門家派遣

(1) 部活動指導の実施

①実施時期：2019年9月～2020年2月（ただし、PT、栄養士の派遣は12月～）

②対象運動部：サッカー部、野球部、ソフトボール部、陸上部、
バドミントン部（男子・女子）、卓球部（男子・女子）
バスケットボール部（男子・女子）、バレー部（女子）
テニス部（男子・女子）、剣道部

③実施内容：

- ・ 週に1～2回の頻度で、アスレティックトレーナー（AT）、理学療法士（PT）、スポーツ栄養士を、運動部に順次派遣
- ・ AT：種目ごとの動きの特性に応じて、特に必要となる柔軟性、筋力等を高めるために効果的なトレーニングについて、資料を作成、配布し、部活動の練習の中で実践指導を行った。
- ・ PT：各運動部で、痛みや怪我を抱えている生徒を対象に、怪我からの復帰にむけたトレーニングや、無理のない体の動かし方、必要な運動等の個別指導を行った。
- ・ 栄養士：ATやPTからの情報を踏まえながら、体組成計の測定結果を生徒にフィードバックするとともに、食事や栄養摂取の助言を行った。

(2) 全体講習会等の開催

1) 体づくり&もっちゅうアップ講習会（本事業対象期間外）

- ・ 運動部の1・2年生を対象に、体幹やバランスなど体づくりの大切さについてレクチャーを行うとともに、生徒が短時間に効果的なウォーミングアップと体づくりにつながるよう開発した「もっちゅうアップ」の実践講習を行った。
- ・ 講師は、早稲田大学スポーツ科学学術院広瀬統一教授が担当した。

※本講習会は、2019年2月に開催したものであるが、本事業の前提条件として重要なため紹介した。

2) もっちゅうアップ説明資料の全員配布（本事業対象期間外）

- ・ もっちゅうアップの説明資料（A 4×4頁）を作成し、全校生徒に配布した。

3) 栄養講習会の開催

- ・ 本太中学校1・2年生全員を対象とした栄養講習会を開催した。当講習会は、生徒の保健委員会が企画、開催した。
- ・ 講師は早稲田大学スポーツ科学学術院助手の金子香織氏（公認スポーツ栄養士）が担当した。

2. 2 チャレンジクラブの実施

(1) 実施時期

2019年12月～2020年2月末

(2) 実施種目と実施日時

曜日	時間	会場	種目
月	17:30～19:30	本太中体育館	男子バスケットボール
火	17:30～19:30	本太中体育館	女子バスケットボール
水	17:30～19:30	本太中体育館	女子バレーボール
	19:00～21:00	県立浦和高校	サッカー
木	17:30～19:30	本太中体育館	男子・女子バドミントン

(3) 実施内容と狙い

- ・ 学校管理外の時間帯（下校時間以後）において、学外指導者によるクラブ活動を行った。
- ・ 運動部活動を地域で担うこと、時間外に行うことで、まとまった活動時間を確保できることなどで生じるメリット、デメリット、課題などを把握することを目的とした。
 - 生徒に生じる効果、影響
 - 教職員に生じる効果、影響（勤務時間等）
 - 地域に生じる効果、影響
- ・ これらの影響については、ヒアリングやアンケートによって把握した。

2. 3 関係者会議の実施

(1) 実行委員会の開催

1) 協議内容

- ・ 関係者間の意見の調整
- ・ 日程調整
- ・ 事業実施手順
- ・ その他必要なこと

2) 開催時期 2019年7月～2020年2月

3) メンバー

- ・ さいたま市立本太中学校 学校長、教頭、顧問、保健教諭等
- ・ さいたま市教育委員会 指導1課
- ・ 早稲田大学 スポーツ学術院 広瀬教授 他
- ・ 浦和スポーツクラブ
- ・ その他：必要に応じ適宜招集

(2) 地域協議会の開催

1) 協議内容

- ・ 指導現場に関する情報共有
- ・ 特に生徒の状況に関する情報共有
- ・ 子どもの育成に関する情報交換

2) 開催時期

2019年11月～2020年2月

3) メンバー

- ・ チャレンジクラブ 指導者
- ・ スポーツ科学専門家（AT、PT、スポーツ栄養士）
- ・ 浦和スポーツクラブ

(3) アンケートの実施

1) 事前アンケート（事業実施前のため期間対象外）

生徒の健康状態や生活様式を把握するため、アンケートを実施した。

2) 事後アンケート

事業の成果について把握するため、教職員、保護者、生徒にアンケートを実施した。

【モデル事業を行った本太中学校の運動部活動の状況】

学校名	学級数	生徒等総数
さいたま市立 本太中学校	21学級	697名

部活動名	所属生徒数	顧問数
陸上競技	44名	教員2名
野球	26名	教員2名
男子バレーボール	13名	教員2名
女子バレーボール	32名	教員1名 部活動指導員1名
サッカー	64名	教員3名
男子バスケットボール	21名	教員2名
女子バスケットボール	11名	教員2名
ソフトボール	28名	教員2名
男子ソフトテニス	39名	教員2名
女子ソフトテニス	47名	教員2名
男子卓球	30名	教員2名
女子卓球	52名	教員2名
新体操	0名	—
剣道	18名	教員2名
男子バドミントン	48名	教員1名 部活動指導員1名
女子バドミントン	40名	教員2名
計	513名	

3. 事業の実施方法等

3. 1 アスレティックトレーナー等専門家派遣

(1) 準備検討

1) 目的の整理

アスレティックトレーナー等の専門家の部活動現場へ派遣は、前年度から取り組んでいる「もっちゅうアップ」など、体づくりに関する取組みを、一般の中学生の部活動に導入することについて、生徒の視点、教職員の視点、専門家の視点などから把握することを目的として実施した。

- ・ 生徒の怪我や痛みの減少
- ・ 生徒や顧問（教職員）、指導者の意識の変化
- ・ これまでの練習方法との整合、導入方法 等

2) 専門家派遣方法の調整

第1回および第2回の実行委員会での協議により当面の進め方を定めた。

- ・ 生徒や顧問が理解を徐々に進めるようにすることが必要。生徒も顧問も「アスレティックトレーナー等の専門家の指導を受ける経験がなく、どのように受け入れてよいのかはしばらく模索することになる。



「最初から全てのメニューを行うのではなく、昨年度から導入したもっちゅうアップを切り口としたATの派遣から始める。」

- ・ 学校側窓口となる職員を1名定め、各部活の専門家指導の受け入れ可能日（チーム練習や技術練習を行いたい日や試合日程、試験等の学校行事日程を考慮）と専門家の来訪可能日を調整し割り振り、両者に事前に知らせることとした。

(2) 部活動指導

1) 実施状況

以下のとおり計 30 回、12 部の運動部活動に専門家を派遣し、練習時に指導を行った。

月日		A T	P T	栄養士	対象部活動
9/18	水	○			野球、サッカー
26	木	○			野球
10/11	金	○			女子バレーボール
17	木	○			陸上
21	月	○			男子卓球
25	金	○			女子バドミントン
31	木	○			男子バドミントン、男子卓球
11/07	木	○			陸上
11	月	○			女子卓球
15	金	○、			男子・女子バスケットボール
18	月	○			ソフトボール
12/02	月	○			女子卓球
5	木	○		○	剣道
9	月	○			女子テニス
12	木	○			男子テニス
19	木	○			女子スケ、男子卓球
23	月	○		○	女子バレーボール、女子テニス
26	木	○		○	男子バドミントン
1/06	月	○	○		サッカー
9	木	○			男子バレーボール
15	水	○	○		野球
20	月	○	○		女子卓球、ソフトボール
23	木	○	○		男子卓球、陸上
27	月	○	○		陸上
30	木	○	○		サッカー
2/07	金	○			女子卓球、陸上
10	月	○	○		女子テニス、女子卓球
13	木	○	○		剣道、野球
17	月	○	○	○	女子バレーボール、サッカー
19	水	○	○		サッカー、野球

2) 指導内容

各運動部の練習現場に専門家が参加し、次のことを行った。

- ・ 動きの観察、簡易なテスト（片足屈伸など）の実施。
- ・ 顧問、生徒との対話により、それぞれが思っている動きや筋力など課題、怪我や痛みの状況の把握。
- ・ 特に各部の練習で取り入れると良い運動などについて指導、助言。
- ・ 怪我からの復帰のための練習指導。
- ・ アンケート結果、体組成測定結果、生徒との対話をとおした食事や栄養摂取に関する助言、相談。 等

指導内容と指導に用いた資料を巻末に示す。

- ① 専門家派遣報告
- ② 怪我等に関する相談報告
- ③ 各部配布指導資料
- ④ 栄養指導配布資料



■ 指導風景（左：女子バレーボール部 右：サッカー部）

(3) 全体講習会の開催

1) もっちゅうアップ講習会

＊ 本講習会は、事業期間開始前に実施したものであるが、事業の流れを説明するために必要なため記載する。

- ① 目的：運動部活に参加する生徒の体づくりの重要性・必要性の認識向上と、もっちゅうアップの正しい方法を指導することを目的に開催した。
- ② 日時：2019年2月16日（土）9時～12時
- ③ 場所：本太中学校体育館
- ④ 対象：運動部の1年生、2年生 約150名を2グループにわけて実施。
- ⑤ 内容：早稲田大学スポーツ科学院 広瀬教授による講話と実習
 - 「ケガの予防とコンディショニング」に関する講和
 - 「もっちゅうアップ」の逐次解説と実践指導



なお、YouTubeを利用して映像を公開し、不参加生徒の自己学習や、振り返り確認を可能とした。



3) 栄養講習会

①目的：部活動への指導等を通して、中学生年代の栄養摂取、食事についての正しい情報提供の必要性が高いと考えられたことから、生徒が能動的に取り組むよう、保健委員会の主催として実施することとした。

②日時：2020年1月11日（土）10時～12時

③場所：本太中学校体育館

④対象：本太中学校生徒1、2年生全員、担当教職員
保護者（希望者）
来年度入学予定の児童保護者（学校公開日）

⑤内容：（資料は巻末に掲載）

早稲田大学スポーツ科学院 金子香織氏（スポーツ栄養士）による講話
進行は生徒が行い、講和後には生徒から多くの質問が出されて関心の高さがうかがえた。

受験を控えた3年生は参加できなかったが、学校公開日に開催し、保護者も参加可能としたことで、約100名の保護者の参加も得られた。4月からの新入生保護者の姿もあり、中学校および地域としての意識向上に良い効果があったと考える。



なお、本講習会も映像を残し、3年生の授業等で参加できなかった教職員が閲覧できるように限定公開している。

3. 2 チャレンジクラブの実施

(1) 準備検討

1) 目的の整理

チャレンジクラブは、運動部活動改革にむけて検討課題として推察される以下の事柄について生徒の視点、教職員の視点などから確認することを目的として実施した。

- ・ 学校管理外における地域指導者による指導の効果や影響
- ・ 通常の部活動活動時間より長い（1回2時間）活動時間による効果や影響
- ・ 通常の部活動時間よりも遅い時間帯にすることの効果や影響

2) 活動場所・時間の検討と調整

①課題

チャレンジクラブの実施にむけて、活動場所の確保と時間帯の設定について検討課題となった。

- ・ 冬季は17時、夏期でも18時までは従来の部活動が活動している
- ・ 中学校の体育館は地域開放されており、月曜～金曜まで18時半からは地域のスポーツ団体が利用している。
- ・ 中学校にナイター設備はなく、グラウンドでの活動は日没後にはできない
- ・ 近隣の市民体育館は補修工事中で利用できない（補修が終了しても、夜間の利用率は9割を超えており、定期的に確保することは難しかったものと思われた）
- ・ どの種目を実施するか、顧問の意向把握や、生徒（保護者）の状況の把握が必要
- ・ 実施種目にあわせた地域指導者の確保
- ・ 用具や保険の費用負担

②検討・調整結果

ア) 実施種目

学校側で顧問の意向把握等を行った結果に基づき、以下の種目について実施することとした。

- サッカー部
- 女子バレーボール部
- 男子バスケットボール部
- 女子バスケットボール部
- 男子バドミントン部
- 女子バドミントン部

イ) 時間と場所

体育館については、地域団体の利用時間を19時半～21時半とすることについて、施設開放会議に諮り、5団体中4団体の協力を得られることができ、月曜～木曜につ

いては、チャレンジクラブが、準備時間も含めて 17 時～19 時半の間に利用できることとなった。

屋外種目のサッカーについては、ナイター施設のある県立浦和高校のグラウンドを利用することとした。

当グラウンドは、以前から浦和スポーツクラブが小学生向けのスクール事業を実施していることから、そこでグラウンドをシェアすることとした。

副次的な効果として、地域の小学生が、中学校のサッカー部の練習風景を間近でみる機会が増えたこと、指導者同士の交流機会が増えることなどが期待された。

種目	曜日	場所	時間帯
男子バスケットボール	月	本太中学校体育館	17:30～19:30
女子バスケットボール	火	本太中学校体育館	17:30～19:30
女子バレーボール	水	本太中学校体育館	17:30～19:30
男子バドミントン	木	本太中学校体育館	17:30～19:30
女子バドミントン			
サッカー	水	県立浦和高校グラウンド	19:00～21:00

③指導者の確保

チャレンジクラブの指導者については、実行委員会で検討した結果、以下の通りとすることとなった。

種目	指導者
男子バスケットボール	埼玉大学バスケットボール部学生（修士）
女子バスケットボール	〃
女子バレーボール	市の派遣制度により、本太中学校女子バレー部に外部指導者として数年間の指導実績のある方
男子バドミントン	市の派遣制度により、本太中学校バドミントン部に2019年度から外部指導者となった方
女子バドミントン	
サッカー	地域のクラブや少年団の指導者

④用具や保険の費用負担

スポーツ安全保険については新たにかけることとなり、主にこれに充当するために、参加費を 1,000 円とした。

用具については、ボール、シャトル等の消耗品はクラブ側で用意することとした。

ポール（支柱）やゴール等については、学校のモノをお借りすることとした。

今年度については、委託事業費により謝金等をまかなうこととし、将来的に継続する際には参加者負担について検討することとした。

(2) 募集と結果

各部の顧問をとおして、チャレンジクラブの募集案内を配布し、希望者は顧問に提出してもらったこととした。

対象は、1年生、2年生とした。

この結果、以下の人数が参加することとなった。

種目	参加人数（登録部員数）
男子バスケットボール	11（16）
女子バスケットボール	11（11）
女子バレーボール	17（18）
男子バドミントン	5（25）
女子バドミントン	15（27）
サッカー	8人（14）

「本太中学校チャレンジクラブ」の試行について
(本太中学校運動部活動支援)

NPO法人浦和スポーツクラブ

本太中学校運動部活動生徒並びに保護者様

新入大会も終わり次の大会に向けて練習に励んでいることと思います。
さて、NPO法人浦和スポーツクラブでは、本太中学校 校長の依頼により、今年度12月から下記の表のとおり「本太中学校チャレンジクラブ」を試行いたします(部活動禁止期間を除く)。
「本太中学校チャレンジクラブ」は、生徒の皆さんの多様なニーズに応えるために、NPO法人浦和スポーツクラブが本太中学校と連携して下記の5種目について、夜間の本太中学校体育館や浦和高校グラウンドにおいて開催するものです。
つきましては、参加を希望する方は、参加申込書に必要事項を記入し、顧問の先生に提出してください。
なお、本事業は、スポーツ庁委託事業「運動部活動改革プラン」に基づき実施するものです。

記

1 開設チーム(活動曜日、時間、場所、指導者)

チーム	活動曜日	活動時間	活動場所	指導者
男子バスケットボール	月	17:30～19:30	本中体育館	
女子バスケットボール	火	17:30～19:30	本中体育館	
女子バレーボール	水	17:30～19:30	本中体育館	
男女バドミントン	木	17:30～19:30	本中体育館	
サッカー	水	19:00～21:00	県立浦高グラウンド	

2 参加費 1,000円
今年度は試行のため参加費は1,000円とし、活動に必要な消耗品や傷害保険代等に充当させていただきます。参加費の納入方法については、後日入会希望者に浦和スポーツクラブからお知らせします。

4. 実施期間 2019年12月～2020年3月中旬

3 問合せ先 NPO法人浦和スポーツクラブ
〒330 7772 さいたま市浦和区磯家4-6-6 石塚ビル2階
電話 048-887-7140 FAX 048-677-7398
Mail info@urawasc.org

「本太中学校チャレンジクラブ」試行参加申込書

ふりがな 生徒氏名		保護者氏名	
住所	郵便番号		
電話		FAX	
学年・組		所属部	
参加希望のクラブに○をつけてください	男子バスケットボール(月)	17:30～19:30	
	女子バスケットボール(火)	17:30～19:30	
	女子バレーボール(水)	17:30～19:30	
	男女バドミントン(木)	17:30～19:30	
	サッカー(水)	19:00～21:00	

以上のとおり参加を申し込みます

生徒氏名 _____

保護者氏名(自筆・押印) _____

*上記に記入の上、顧問の先生にお渡しください。

(3) 実施結果

月日	対象部活動	指導者	備考
12/02	男子バスケットボール		
03	女子バスケットボール		
04	サッカー		
	女子バレーボール		
05	男子・女子バドミントン		
09	男子バスケットボール		
11	サッカー		
	女子バレーボール		
12	男子・女子バドミントン		
16	男子バスケットボール		
17	女子バスケットボール		
18	サッカー		
	女子バレーボール		
19	男子・女子バドミントン		
23	男子バスケットボール		
24	女子バスケットボール		
25	サッカー		
1/08	サッカー		
	女子バレーボール		
09	男子・女子バドミントン		
14	女子バスケットボール		
15	女子バレーボール		
16	男子・女子バドミントン		
20	男子バスケットボール		
21	女子バスケットボール		
22	サッカー		
	女子バレーボール		
23	男子・女子バドミントン		
27	男子バスケットボール		
28	女子バスケットボール		
29	サッカー		
	女子バレーボール		
30	男子・女子バドミントン		
2/03	男子バスケットボール		
05	サッカー		
	女子バレーボール		
06	男子・女子バドミントン		
10	男子バスケットボール		
12	サッカー		
	女子バレーボール		
13	男子・女子バドミントン		
17	男子バスケットボール		
18	女子バスケットボール		
19	サッカー		
19	女子バレーボール		

3. 3 関係者会議の実施

(1) 実行委員会の開催

実行委員会は、学校・専門家・地域スポーツクラブの3者による、事業実施上で生じる主として学校現場との調整を行うために開催した。

また、事業の効果や課題について整理し、今後の部活動改革にむけた検討にむけた情報の共有を図った。

月 日	内 容
7月30日	メンバーへの事業計画の周知、実施方法に関する意見交換
8月27日	専門家派遣方法、チャレンジクラブの開催方法に関する検討
10月10日	専門家派遣の状況（スタートしてわかったことの整理）共有 チャレンジクラブ実施にむけた調整結果（実施種目、場所・時間・料金等）
1月11日	栄養講習結果について 生徒の生活改善にむけた方策の検討
1月15日	専門家と顧問の連携方法について 学年末にむけた学校との調整
2月21日	今年度の実施結果に関する評価、課題等の検討

(2) 地域協議会の開催

地域協議会は、専門家とチャレンジクラブ指導者、地域スポーツクラブの3者により行い、主に指導現場での情報共有を目的とした。

月 日	内 容
11月30日	チャレンジクラブの進め方 生徒の状況情報共有 専門家と指導者の意識共有
2月24日	今年度実施結果に関する評価、課題等の検討

(3) アンケートの実施

本事業の実施に際し、事業実施前に「生徒の生活と意識調査」を実施した。

また、事業実施後に、顧問教職員およびチャレンジクラブに参加した生徒とその保護者にアンケート調査を行い、本事業の評価に関する検討に資した。

調査結果は巻末に示す。

(事後アンケートは一斉休校と重なったため、回収が不十分である)

4. 事業の成果等

会議における専門家、指導者、教職員（学校）からの意見および、教職員、生徒、保護者へのアンケート調査結果をもとに、生徒・教職員・専門家・総合型地域スポーツクラブで得られた成果や課題について整理した。

4. 1 専門家派遣に関する成果と課題

(1) 生徒にとっての成果と課題

1) 成果

【成果1】怪我の減少

- ・ 怪我や痛みを訴える生徒が減った。
- ・ 疲労軽減や怪我防止、体の使い方改善につながった。

【成果2】スポーツ科学への意識の向上

- ・ 教えてほしいことを言うように伝えたところ、体のつくりや筋力のことなどについて自分たちで考えるようになった。
- ・ 自分の弱点（例えば柔軟性に欠けるなど）を整理して、どういう練習をすればよいかを、専門家に聞いて取り組むようになった

【成果3】食生活の改善

- ・ 講習を受けてから、朝食などの摂り方が変わった。

【成果4】練習への意識の変化

- ・ 普段の練習では気が付いていない体の使い方や、トレーニングの方法を知ることができた。
- ・ 自分たちで練習を考えるようになった。
- ・ いろいろな視点から考えることが大切なことが学べた。
- ・ ウォーミングアップやストレッチを大事にするようになった
- ・ 練習への取り組み姿勢が変わった子も複数いる。

【成果5】競技力の向上

- ・ 技術を支える基礎の部分への意識が高まり、競技や練習の質が向上した。

【成果6】数値、指標による関心の向上

- ・ 体組成などの測定結果は、(内容の説明や助言は必要だが) 高い関心を示した(食生活やトレーニングの改善など行動変容に効果的であると思われた)。

2) 課題

【課題1】期間の短さ・継続の必要性

- ・ 生徒によって理解に個人差があり、受け身の生徒も少なくない

- ・ 多くは気づきの段階。
- ・ 今年度は知ってもらった段階
- ・ 理解して自分から取り組めるようになるには、もう少しかかると思う。
- ・ 継続が課題となる。

【課題2】 基本的知識・情報の不足

- ・ 体組成や筋力などを測定しても、それがどういう意味を持つかの情報（知識）がない。せめて平均値に対してどういう値かはしっていてほしい。
- ・ 年間発育量の考え方などを認識させた方がよい。

【課題3】 体の弱さ、バランスの悪さ

- ・ トレーニングの偏りによる、身体の発達バランスの悪さ（サッカーをやっている子は上半身がとても弱いなど）
- ・ 筋力の不足、姿勢の悪さ

【課題4】 トレーニング環境の不備

- ・ バレーボールやバスケットボールは、（本来体育館で活動するものであるが）、施設が不足するため屋外での練習日も少なくないが、プレイにむいているシューズ等の準備がない。怪我の発生リスクが高まる。
- ・ コートの状態も必ずしも望ましい状態にあるわけではない。

【課題5】 負傷中の対応についての知識の不足

- ・ 怪我からの復帰にむけて適した練習などを、生徒も顧問もわからないので、かえって復帰が遅れたり、再発させてしまったりするリスクもある。

(2) 教職員にとっての成果と課題

1) 成果

【成果1】 視野の広がり

- ・ 広い視野で取り組めるようになった。
- ・ 技術力だけでなく、新しい視点からスポーツと向かい合うことを考えるきっかけとなった。

【成果2】 負担の軽減

- ・ 顧問の教員の時間外勤務の軽減につながる（その間、おまかせできるので）。
- ・ 教員だけではサポートできない食事や筋力の面などを教えてもらえる。

【成果3】 指導力の向上

- ・ 種目特有の動きにあったトレーニングを知ることができた。
- ・ 知識が増えることで指導力向上につながる。

2) 課題

【課題1】：日程調整・個人への負担集中

- ・ 部活の日程、学校行事などと専門家の日程調整に手間がかかった
- ・ 窓口となる職員に負担が集中した

【課題2】：教職員(顧問)の認識不足・事前情報不足

- ・ それぞれの専門家がどのようなことをされるのか、経験がないため理解(想像)しづらかった。
- ・ 教職員の間で理解をするための時間や情報提供の機会が十分に取れなかった。(事前の説明等が不足していた)

【課題3】活動時間の確保

- ・ 特に平日は、部活動の時間が短時間に限られている中で、新しいことを取り入れることが大変だった。
- ・ 教えてもらったことを、他の日に反復する時間がとれない。

【課題4】活動を預けることへの不安

- ・ 心配な生徒もいる中で、指導を託すことへの不安があった。(迷惑をかけるのではないかと心配になった)

【課題5】既往の練習との整合

- ・ ふだんやっている練習との共通化が難しい
- ・ 顧問や生徒のニーズと合致しないこともある
- ・ これまでにないことなので、中学生への必要性がわからない。
- ・ 年間で計画が組めればよいが、特に今回は途中からだったため難しかった。

(3) 専門家にとっての成果と課題

1) 成果

【成果1】中学生の現状の把握

- ・ 通常の中学生の体の状態を知ることができた(思ったよりも状況が悪いことが把握できた)

【成果2】多種目への対応の経験

- ・ ATのアスリートサポートでは、多種目をみる機会はありませんでしたが、今回はいろいろな種目をみることになり、新たに調べたり、専門種目の指導者から話をきいたりするなどして経験値が高まった。

【成果3】事前告知と繰り返し訪問の有効性

- ・ 顧問や生徒との情報共有が難しい中では、短期間に複数回訪問すること、生徒に事前に予定が伝わることなどで、生徒の意識も高くなることと、状況を把握して望めるのでトレーニングの質が高まった。(散発的では難しいことが確認できた)

2) 課題

【課題1】顧問との連携

- ・ 練習内容や時間などについて、個々の顧問との情報・認識の共有が難しかった

【課題2】生徒の認識・理解の向上

- ・ 期間が短く、扱う運動部も多かったため、それぞれの部にかける回数や頻度が少なく生徒の理解を深めるのが難しかった。

【課題3】多種目・多様なレベルをみる難しさ

- ・ いろいろな種目を指導するため、どうしても経験の少ない種目もあった。
- ・ 生徒のレベルも様々で、基礎的な動きができる生徒とできない生徒が混在する。

【課題4】中学生になる前からの改善の必要性

- ・ 姿勢や基礎的な体の使い方など、中学生のスポーツでみる以前の課題が多く、もっと小さい頃からの運動や遊びの習慣から改善していく必要性を感じた。

【課題5】生徒にわかりやすい評価(指標)の整理

- ・ 体力テスト以外に、もう少し簡単に試すことができる方法で、筋力やバランスなどを生徒が把握し目標にするものが必要(片足スクワットなど)。

【課題6】生徒へのアプローチ方法

- ・ PTや栄養指導は、相談体制をとろうとしても難しい。生徒から相談に来ることはなかなかない。
- ・ 怪我や痛みを抱えている生徒に関する顧問との連携や、体組成や筋力などの測定会などの機会をとおしたアプローチの方法を確立する必要がある

【課題7】養護教員等との連携

- ・ 保健指導との関係などもある。養護教員との連携があると良いが、個人データのことなどでクリアすべき課題も生じる。

(4) 総合型地域スポーツクラブ(および地域)にとっての成果と課題

1) 成果

【成果1】中学生の現状の把握

- ・ 通常の中学生の体の状態を、これまでよりもさらに知ることができた(思ったよりも状況が悪いことが把握できた)

【成果2】中学校との連携向上・意識の共有

- ・ 中学校の教職員と連携して、情報の共有、中学生年代のスポーツ等に関する意識を共有する場ができた。

【成果3】専門家とのネットワーク構築

- ・ アスレティックトレーナー、理学療法士、管理栄養士（スポーツ栄養士）など、地域で活躍するスポーツ科学の専門家とネットワークをつくるきっかけとなった。

【成果4】保護者への情報発信

- ・ 学校公開日に栄養講習を行ったことで、学区内の小学校（北浦和小、本太小、木崎小など）にも取組みを知らせることができた。
- ・ 小学生のPTAにも伝えるきっかけができた。

2) 課題

【課題1】学校と専門家の調整方法の確立

- ・ 初の試みとして、調整役を教職員に担っていただきご負担をかけてしまった。
- ・ 日程調整や情報共有のための効率的仕組みを整理し、地域で担えるようにすることが必要である。

【課題2】専門家派遣の財源確保

- ・ 今後も継続していくための、専門家派遣費用の財源確保が課題である。

【課題3】子どもの健康づくりの環境

- ・ 専門家から指摘のある子ども達の基礎的な体づくりの大切さを地域で共有し、健康な子ども達を地域で育てる土壌をつくりあげていくことが課題となる。
- ・ 保護者や子ども達に年間発育量についての周知、認識の向上を図るべき。

4. 2 チャレンジクラブの成果と課題

(1) 生徒にとっての成果と課題（保護者意見も含め）

1) 成果

【成果1】まとまった練習時間が確保できる

- ・ 平日の練習時間が冬では1時間弱も確保できない中で、チャレンジクラブでは、2時間前後の練習時間が確保できた。
- ・ このため、ウォーミングアップやダウンもしっかり行え、練習メニューも充実した。

【成果2】施設が確保できる

- ・ 体育館種目は、平日の練習は、週に1～2回しか使えない中で、チャレンジクラブでは体育館をまるまる利用できることで、練習が充実した。
- ・ サッカーもグラウンドを野球部、ソフト部、陸上部とシェアしなければいけないが、ナイターを使って広いところで練習ができた。

【成果3】いろいろな指導を受けられる

- ・ いつもの部活とは異なった練習プログラムが体験できた。

【成果4】上達できた

- ・ 練習をしっかりとできたので、上達を実感できた。

2) 課題

【課題1】塾や習いごととの調整

- ・ （学期の途中から開始したこともあって）塾などと重なって参加しづらい。
- ・ 終了時間が遅くなると塾の時間と重なる。

【課題2】安全性

- ・ 20時近い帰宅は、特に女子中学生には不安がある。

【課題3】空腹・夕食の時間との調整

- ・ 通常の練習日より遅くなるため、お腹がすいてしまう。
- ・ 家での生活リズムと合わない

【課題4】疲労感

- ・ いつもの練習よりも長いので、疲れてしまう。

【課題5】費用負担

- ・ 部活にプラスして費用がかかるようになる。

(2) 学校・教職員

1) 成果

【成果1】顧問の負担軽減になった

- ・ チャレンジクラブのある日は、学校の職務に集中できることで、負担軽減になった。(特にサッカー部は活動場所も校外であったため、切り離しやすかった)

2) 課題

【課題1】気になって結局顧問が関わってしまった

- ・ 生徒を預けるのには、不安があるので、結局練習に参加してしまったので、負担軽減にはあまりならなかった

【課題2】体制が脆弱に感じた

- ・ 外部指導者が1名だと何かあった時には・・・ということも気になる。
- ・ 通常であれば学校には他の教職員もいるので、緊急時の安心感があるが、夜間の活動のため1名体制は不安がある。

【課題3】学校生活との線引き

- ・ チャレンジクラブに参加している生徒が、夜間時間帯にイレ等を使用するために校舎に立ち入ったことが問題になった。
- ・ 学校管理下の活動ではないことを明確にする必要を感じた。

【課題4】負担を感じる生徒もいるのではないか

- ・ 経済的な負担や、体力的な負担を感じる生徒もできることを懸念する。

【課題5】種目によって条件が異なる

- ・ 市の方針としては、部活は地域にという流れがあると思うが、施設が確保できる種目とそうでない種目がある。
- ・ 施設が確保できれば効果は大きいかもしれないが。
- ・ 指導者の確保も難しい種目があるのではないか。

(3) 地域指導者

1) 成果

【成果1】まとまった練習時間が確保できる

- ・ 時間と施設が確保できると、練習が充実する。やりやすい。
- ・ 下級生の練習時間もある程度確保できるようになる

2) 課題

【課題1】部活との区別が悩ましい

- ・ 部活の延長なのか、別のものとするか考えがまとまらなかった。

- ・ 特に、塾に行っている子も多くて全員が参加しているわけではない中で、チーム練習などを行うことには課題が残る。

【課題2】成果の確認、普段の練習との整合

- ・ 試合や既存の練習をみていないので、成果が把握しづらい。
- ・ 普段の練習との整合をどうするか課題。
- ・ 朝練との

【課題3】複数体制の構築

- ・ 一人体制だと、何らかの事情で遅れる時や、行けなくなった時の対応。
- ・ 事故や怪我が発生した時のことを考えると複数体制が望ましい。
- ・ 指導も一人でよいのかどうか悩ましいところもある。

【課題4】連絡体制の構築

- ・ 屋外の活動などでは、生徒への連絡をどうするかも課題となるのではないかと（今回は保護者携帯メーリングリストをクラブ側で作成して対応）。

(4) 総合型地域スポーツクラブ

1) 成果

【成果1】中学生年代のスポーツ環境改善にむけて学校との連携が始められた

- ・ 地域スポーツ、生涯スポーツの振興の視点から、中高生のスポーツ環境の改善は課題と感じており、学校側と一緒に取組むことになったことは貴重な機会を得たと考えている。

【成果2】スポーツ少年団などの地域指導者と認識共有の機会が得られた

- ・ 本事業の主旨などを少年団指導者などに伝えることで、認識共有の機会が得られた。

2) 課題

【課題1】活動主旨の確立

- ・ 生徒のニーズや、環境が多様な中で、チャレンジクラブの主旨を整理していくことが必要である。

【課題2】安定した取組みとするための人材・施設・財源の確保

- ・ 指導者の複数体制のための人材確保や施設の定期的な確保、さらにはこのための財源の確保も課題となる

【課題3】安全性の確保

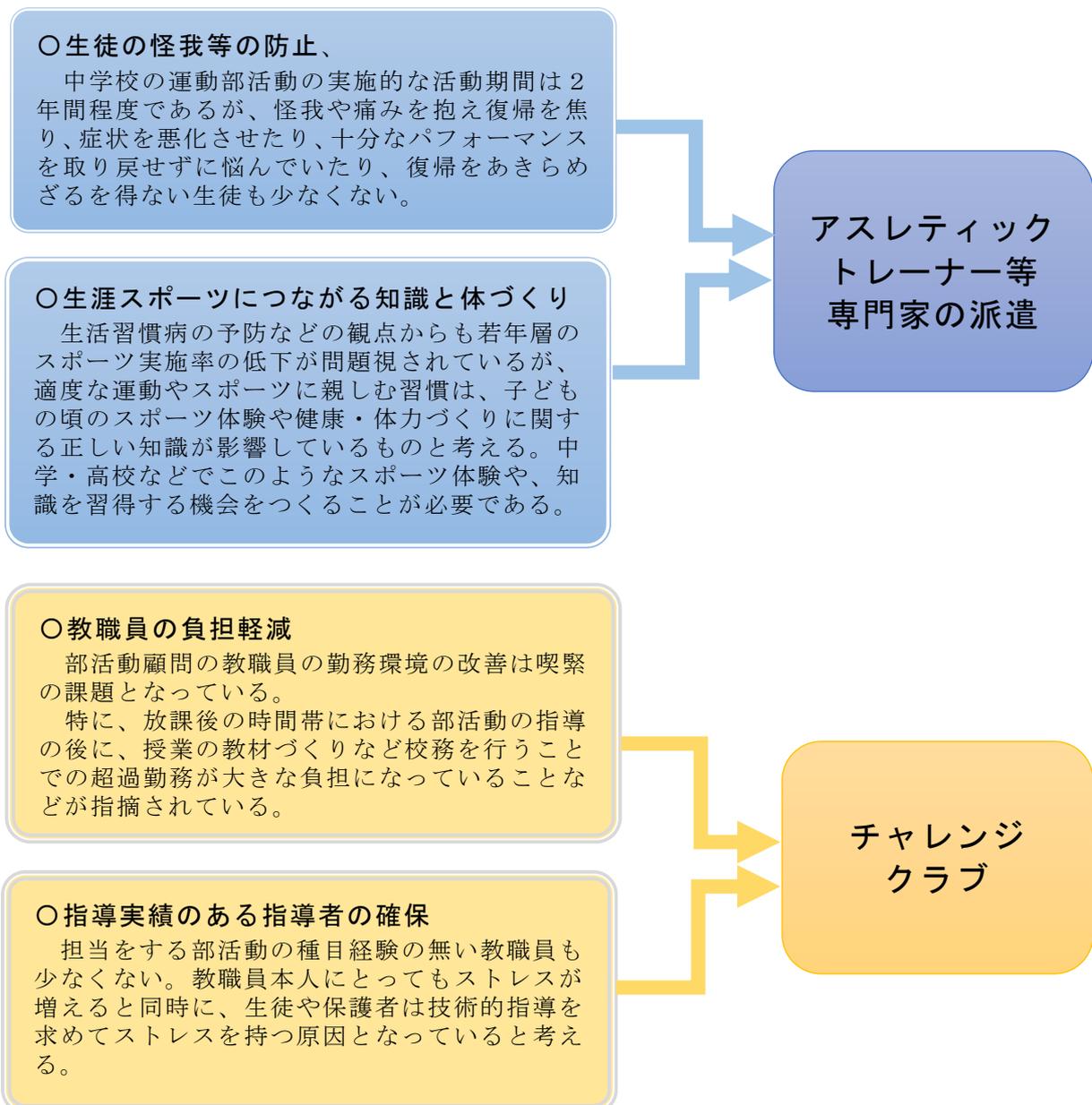
- ・ 夜間の生徒の帰宅の安全管理など、保護者との連携も課題となる。

4. 3 部活動改革にむけた課題と対応

(1) 本取組みで解決を目指している課題

中学校の運動部活動は、運動部活動の在り方に関する総合的なガイドラインで記載されているように、教育等に関わる課題が複雑化・多様化する中で、学校や教師だけでは解決することができない課題が増えている。

多様な課題がある中で、本調査では、特に以下の課題について着目し、その解決ための方策を地域で検討するための資料を得ることを目的とした。



(2) 効果と実現・導入のための課題

2つの事業の効果と、これを実現していくための課題について、とりまとめて下表に示す。

改善を目指した4つの課題に対して、専門家派遣とチャレンジクラブは、課題解決の方策となりうる可能性が示された。(医科学的なエビデンスが得られたわけではなく、顧問や生徒の個人の感想、意見から)

さらに、2つの事業とも、生徒の意識向上やトレーニングの充実につながり、競技力向上にも寄与する可能性も感じられた。

また、専門家派遣は、専門家がその日の練習を預かることで、顧問の負担軽減につながる可能性があることもわかった。

モデル事業をとおして関係者から出された意見をもとに、実現・導入にむけた課題をまとめると以下のとおりとなる。

	効果	実現・導入のための課題
専門家派遣	<ul style="list-style-type: none"> ○生徒の怪我等の防止 ○生涯スポーツにつながる知識と体づくり ◎教職員の負担軽減 ◎生徒の意識向上(能動的練習姿勢)・競技力向上 	<ul style="list-style-type: none"> ○顧問、生徒の理解 ○わかりやすい指標作成 ○顧問、専門家、生徒の認識・情報の共有化 ○調整作業の軽減 ○派遣のための財源確保
チャレンジクラブ	<ul style="list-style-type: none"> ○教職員の負担軽減 ○指導経験のある指導者の確保 ◎練習の充実(時間と施設の確保)・競技力向上 	<ul style="list-style-type: none"> ○既存部活動との整合、趣旨の明確化 ○生徒の生活時間(塾や食事等)との整合 ○複数人の指導者体制の構築 ○施設の確保 ○財源の確保

◎赤文字は、本事業における試行で新たに得られた効果

(3) 導入実現にむけた方策の検討

1) 専門家派遣について

①「顧問、生徒の理解化」「わかりやすい指標作成」

<実現にむけた課題>

専門家派遣の仕組みを実現し、部活動の現場において有効に機能させていくためには、専門家の知見に基づく体づくりの必要性や意義について、教職員や生徒の理解を進めることが大切である。

そのためには、理解を促す簡易な指標があると良い。

生徒の体を守り、充実した学校生活を過ごし、運動部活動でもその目的を発揮するためには、スポーツ科学の知見を持つ専門家の導入が有効であり、他の練習と同様に取り入れていくことが望ましいことを、教職員や生徒が共有することが必要。

この際、

- ▶ トップアスリートでもない、中学生の部活に、体づくりの専門家までは必要ない。
- ▶ 顧問が考えた練習メニューをやっているだけで十分である
- ▶ それでなくても忙しいのに、新しいことを増やさないでほしいといった考え方が壁になる可能性がある」と推察できる。

理解を促すには、取組みの効果をわかりやすく示せると良い。生徒の変化を本人も、まわりも認識できる指標があると良い。

<課題解決方策の(案)>

- 講習、勉強会などを開催し、近年の児童・生徒の体力の低下や、生活習慣病や成人病の若年化など、スポーツ傷害の発生状況などの情報を示し、問題を共有する。
- 部活動を1人の顧問や指導者で見える体制を変えていく。複数で取り組むことで負担の軽減や、知識や情報のアップデートが行いやすくなる。
 - ▶ 当該顧問が異動すると全て変わってしまうのは生徒も大変。
 - ▶ 複数で見えるためには、教員だけでは不足。地域と協働の体制を構築すると良いのではないか。
- 地域で子どもたちのスポーツを支えるプラットフォームをつくる。この運営で教職員に負担をかけないように、地域スポーツクラブがハブ役を担う。
- 施設開放等を利用している団体は、これに参加し、中心的な役割を担っていくべきである。
- 指標をつくるために、事業を継続し、データを蓄積する。

②「顧問、専門家、生徒の認識・情報の共有化」「調整作業の軽減」

<実現にむけた課題>

理解が得られて専門家の派遣が可能となったとしても、既存の部活動の練習計画や大会等のスケジュール、学校事業との調整し、これを顧問・専門家・生徒の間で認識を共有することが必要。

このような調整により、教職員に新たな負担が生じないようにすることが必要。

本年度の事業は、年度途中から始まったことや、これまであまり関わることがなかったアスレティックトレーナー等の専門家の導入ということで、教員にも生徒にもとまどいがあった。

「このような専門家が、どのようなことをするのかわからなかった」という感想もあげられていた。

これらの問題は、事前に十分な情報提供や、意見交換、調整を行うことで解消され则认为。

ただし、このような事前調整を含めて、対象部活が増えると教職員の日程をあわせて協議の場を持つことが難しいといった課題を感じた。このため、調整役となる教職員に負担が偏ってしまった。

<課題解決方策の（案）>

- 認識の共有は、事前の調整や意見交換を十分に行うことで解消できると考える。
- ほとんどの部活動がこの頃から新体制になる。4月から赴任した顧問などともいえるならば、4月～6月にかけて調整を行うことが良い。
- 取組みを積み重ねていく中で、より良い方法を考え、共有していければよい。ただし、このための協議の場を持つこと自体が、教職員の負担にもなりかねないので、効果的・効率的な調整の進め方を、早期に確立していくこととする。
- この学校の複数の教職員と外部の専門家や指導者との情報共有の場については、ITの活用などにより効率化、省力化を図る。
- 体育館の利用割り当ての関係で、施設が利用できない日を、体づくりに割り当てるなどする。

③派遣のための財源確保

<実現にむけた課題>

専門家の派遣のための人件費の確保、専門家の雇用が実現しなければ続かない。

今回はスポーツ庁の委託事業で専門家の派遣費用を確保できた。
これを続けるためには、その費用を継続的に確保しなければいけない。
学校部活動の中であることもあり、受益者負担=保護者に負担を求めるのは難しい。
市の「部活動指導員」制度は、時給1,200円程度、週に12~16時間が上限となっているが、これでは専門家を派遣することは不可能（担い手がいなくなる）。外部指導者制度も同程度の謝金。
どの中学校でも可能となるように、専門家の立場からも、汎用性・継続性のある仕組みとすることが必要。

<課題解決方策の（案）>

- 公的負担による財源の確保
 - 部活動指導員制度等を活用するが、単価を数倍にするとともに、生徒の数などにあわせて複数の学校を担当するように割り振ることでトータルの収入を確保
 - ◇ 全ての部活動に外部指導員を派遣する予算の確保は難しい状況の中、複数の種目の体づくりをサポートできる専門家の派遣に予算を集中させることが部活間の不公平もなく（外部指導員制度は予算枠の早い者勝ち）、広く将来の健康づくりにも効果が安定して期待できる。
 - 保健教諭、栄養教諭のように、生徒の健康維持に必要な職として位置付け、給与を支給する。
 - 介護予防指導などの事業との組み合わせによる仕事量=収入の安定確保
- 地域スポーツクラブによる雇用の確保
 - 地域スポーツクラブへの委託事業として所属先を確保（個人事業者として地域の調整にあたることは負担が大きい。地域内の調整ごとはクラブが行い、そのスタッフとして現場で活躍する環境を確立する）
 - クラブのプログラムとして、日中は、介護予防や成人を対象としたプログラムを担当し、夕方は部下道の指導にあたることで全体の収入を確保。

2) チャレンジクラブについて

①既存部活動との整合、趣旨の明確化

<実現にむけた課題>

既存の部活動の延長なのか、誰でも参加できる活動なのかなど、位置づけが明確でなかった。指導方針にも関わる。

趣旨の明確化が必要となる。

特に、参加していない生徒のことを考えると団体競技種目でもチーム練習はできない。

チャレンジクラブを完全に学校から切り離れた活動としてしまっただけでは、部活動改革につながらなくなる。

これまで部活動の活動方針は顧問が決めてきているが、チャレンジクラブとのすみ分け・整合が必要になってくるため、顧問の一存だけで決めるは困難になる。

活動時間帯や場所の設定とも密接に関連してくる。

今年度は、結局は顧問が顔を出して指導に加わるような姿もみられた。全て預けることの不安もあるとのことであった。

さらにつきつめていくと、がっつりやりたい生徒と、ほどほどにやりたい（あまりやりたくない）生徒の二極化が加速しかねない。

<課題解決方策の（案）>

- 学校だけではなく、近隣のスポーツ少年団の指導者や、地域スポーツクラブなどが参加して協議し、実態を見据えながら、地域の中での子どもの育て方、スポーツ環境のあり方を検討し、変化の段階にあわせてチャレンジクラブの位置づけを定めていく。
- 教職員の負担軽減と、子どものスポーツ環境の充実の両立を見据える。
- 場合によっては、軽スポーツ部のようなジャンルを確立し、レクリエーションとして生涯スポーツを楽しむ部の創設も検討

②生徒の生活時間との整合

<実現にむけた課題>

普段の部活動の時間と異なるため、習い事の関係で参加できなかつたり、食事の時間が難しくなつたりした。

練習時間が長くなつたので「疲れる」という意見もあつた。

今年度は、体育館の調整などもあり12月からのスタートとなつてしまつたことで、保護者や生徒にとっては、これまでの時間の使い方を変えなければならなくなり問題に感じたものと思われる。

趣旨や時間や場所が定まってくれば、塾や習いごとの調整をあらかじめ行いやすくなるものとする。

運動前後の適切な栄養補給などを指導し健全な育成をサポートする立場としては、食事の時間については、活動時間によっては何等かの対策立案が必要となる。

「疲労」については、塾などや睡眠時間などとあわせて考えていく必要がある。朝練とつながつてしまう日があるなどの問題もあつた。

<課題解決方策の(案)>

- 活動時間などは、試行事業で得られる保護者や生徒からの意見も踏まえて、方針を定めていくものとする。
- 栄養摂取については補植の活用などを含めて適切な方法を、クラブの実施時間帯にあわせて助言できるようにする。(新たな費用負担については慎重に配慮する)
- 現在の平日4回、週末1回の部活動を、活動時間を確保できるチャレンジクラブをいれることで、平日2～3回、週末1回(計週3～4回)の活動に変更していくことも将来の姿として検討していく。以上のような利点が期待できる。
 - 回数を減らすことで、練習過多が防止できる
 - 施設利用の重複が減り、練習環境が改善できる
 - 塾や習い事、家庭で過ごす時間などとの両立がしやすくなる

③複数による指導体制の構築

<実現にむけた課題>

時間外の活動で指導者が一人だけでは、何かがあった時に不安である。
指導内容も1人の考えで良いのかどうかという課題もある。
一方で、複数体制にするためには、それだけ費用がかかる可能性がある。

今年度行った5つのチャレンジクラブのうち4つまでは、会場を中学校の体育館として、夕方からの開始であったため、多くの場合、教職員が学内に残っているため、何かあった際には対応ができる状態ではあった。

試行事業ということで、気になって残り顔を出す顧問もいた。

一方、サッカーでは活動場所も校外で時間もやや遅かったことから、顧問はほとんど関わらなかった。チャレンジクラブは複数の指導者が関わり、同会場において、クラブの他のプログラムを開催していることから、複数の関係者がいるという安心感もあった。

また、指導者一人に頼ることの課題もある。指導内容のアップデートが図りづらい。相談相手がいない状態も望ましくない。

<課題解決方策の(案)>

- 地域のスポーツ関係者（少年団や地域スポーツクラブ、学校利用団体、部活顧問）が協力・連携し、支援できる体制構築。
- 部活動OB・OGの高校生や大学生や、定年退職をされた元教員の発掘と活用
- 学校施設利用団体との連携

④施設の確保

<実現にむけた課題>

チャレンジクラブを行う施設の確保。

学校管理時間外となると屋外では照明が必要であるが、学校にはない。

体育館種目は多数あり、全ては実施できない。地域開放団体の利用もあり遅くまでは使えない。

今年度は、施設開放利用団体に協力いただき、活動時間を後ろにシフトしてもらうことで、17時半～19時半の2時間を月曜～木曜日に確保し、そこで行うことができた。

サッカーは、照明施設のある近隣の県立高校グラウンドで行った。

今後、チャレンジクラブの種類を増やしていくためには、さらに施設を確保しなければならないが、学内では難しい。

<課題解決策の（案）>

- 公共体育館の利用：一般利用者への十分な配慮が必要である。現在は補修工事中の駒場体育館の利用率はとても高く、安定した確保は難しいが、今後、活動の位置づけを整理していく中では合意形成をしていくのも選択肢としてあると考える
 - 一つの中学校に限定せず、中学生を対象とした教室的な市付けにして夕方の時間帯に継続して開催する（例 17時～19時に毎週○曜日はバレーボール教室とするなど取り決めて、近隣の中学生の参加を募る。この場合はチーム練習というよりは個人スキルの向上を目標としたものとなる）
- 施設開放利用団体との連携：学校施設の夜間利用をしている地域のスポーツ団体と連携し、活動場所や時間のシェアをさらに進めることで活動場所を確保する。（例：同種目で半面ずつ利用する。人数や練習内容によっては一般に混じって行うなど。この場合、指導者の連携も必要となる）
- 周辺の高校等の施設の利用：高校や企業の持つスポーツ施設などの未利用時間帯の貸し出しをお願いする。事業の主旨を説明し協力を依頼（例 日通の野球場、浦和高校体育館など）
- 学校への照明設置：周辺家屋の生活環境保全への配慮（騒音や光害）が必要であるが、電気代は利用者負担のコイン式にした照明施設の整備。すでに市内では整備されている小中学校が複数ある。

⑤財源の確保

<実現にむけた課題>

指導者の謝金や用具・照明代等の費用がかかる。

新たな負担を保護者に求めることになりかねない。一方で受益者負担との考え方もある。

部活の延長ならばお金はかけたくないという、保護者の意見もある。

部活とのチャレンジクラブの位置づけ、すみ分けを明確にししながら、保護者には費用負担について理解を求めることが必要であろう。

部活動改革を進めるためには、部活動にも費用がかかっていることの認識を共有していただくことも必要である。

一方、子ども達にとってはスポーツのしやすい環境が望ましいことを考えると、できるだけ安価なほうが望ましいのは確かである。

指導者の謝金には、市で予算化している学外指導者派遣事業などもあるが、枠が限られており、多くの中学校が利用するのは困難である。

<課題解決方策の（案）>

- スポーツ振興くじ助成の活用：現在、部活動と関連する取組みは対象外であるが、チャレンジクラブの仕組みは、中学生年代の会員確保が課題となっている多くの地域SCにとっては、大きな意味を持つことを考慮し、totoの助成対象事業とする
- 受益者負担；保護者への丁寧な説明などを行った上で一部の負担をいただく。
- 学校施設利用団体との連携：自分たちの活動を続けて行うこととして、その前に行っているチャレンジクラブにボランティアで指導を行ってもらうことで、謝金を軽減する。
- 地域の企業や篤志家からの協賛・寄付

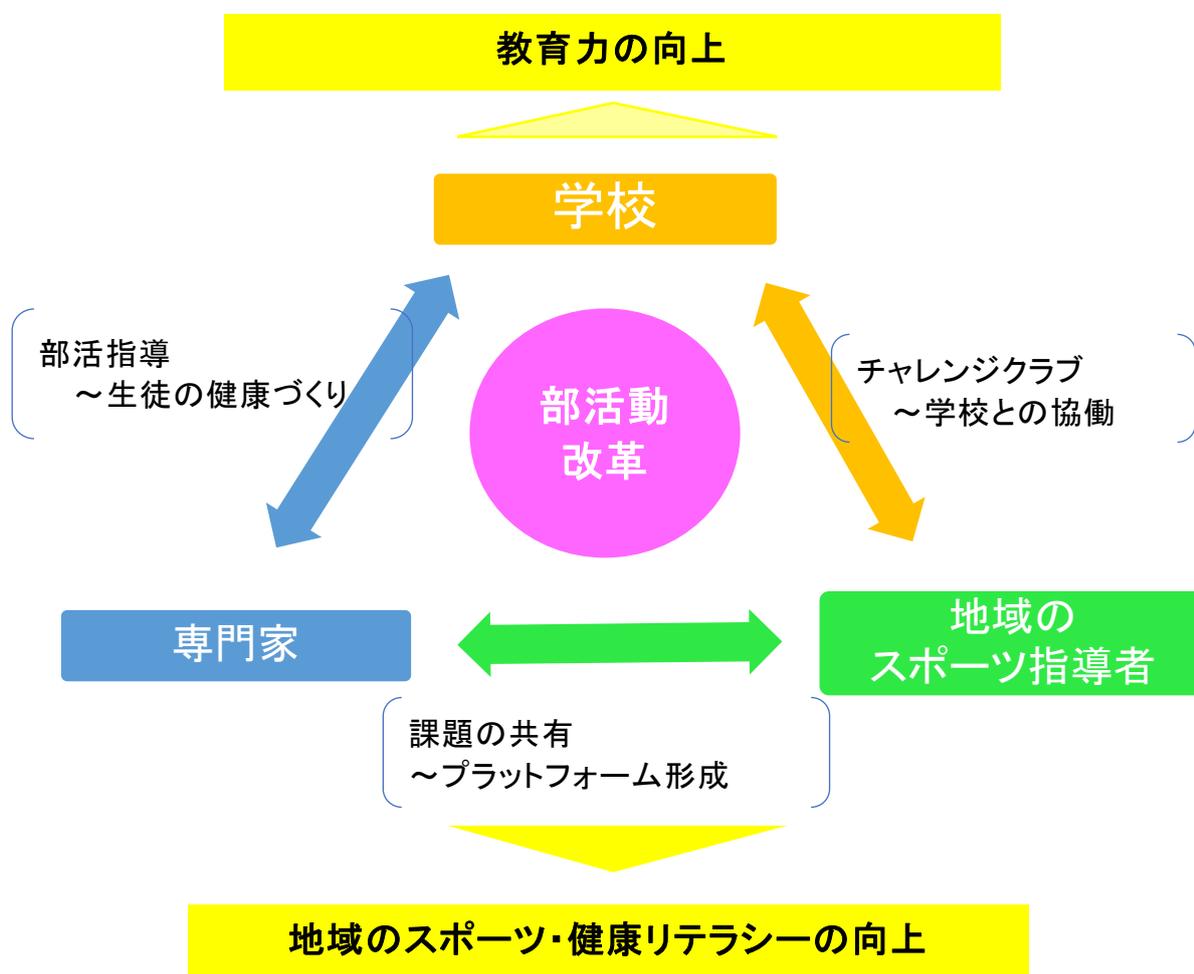
5. 今後の取組について

(1) 継続することで起きうる効果（期待値を含めて）

アスレティックトレーナー等のスポーツ医科学の専門家による運動部への指導および地域スポーツ指導者によるチャレンジクラブの開催という二つの取組みを試行する中で、学校と専門家と地域の対話が進み、対象中学校の特定の運動部の活動改革にとどまらず、様々な波及効果が起きる兆候が見え始めている。

今年度は多方面の調整などにより具体的なプログラムの試行期間が短かったことや、初めての取組みでどのようなことが起きるか「やってみてわかった」ことなど、取組みは始まったばかりと考える。

このため、今年度の取組みで出された課題等を受け、この取組みを持続的に発展させていくために必要なことを明らかにしていく必要があると考える。



(2) 現時点で考える部活動改革の姿(案)

本年度の事業を受けて、現在の運動部活動の改革の姿として、次のような案が考えられる。

チャレンジクラブの導入により週の練習時間(量)を確保しつつ、活動日を減少し休息日を設けることで、生徒の体を守ると同時に教職員の負担も減少する。ただし、チャレンジクラブの時間においても教職員が指導に関わることも可能とする。

また、1～2週間に一度はAT等の専門家による体づくりの時間にあてることで、この時間帯も顧問教職員の負担を減じることができる。また、これにより生徒の意識の向上を図る。(部活動の無い日に、短時間に家庭等で行えるストレッチや体幹トレーニング等の実施を促すこともできる)

	月	火	水	木	金	土	日	合計時間
現在の活動 (例)	○	○	○	○		○		6
						○		



	月	火	水	木	金	土	日	合計時間
改革案 (1)	◎		○	○		○		6
			○			○		



	月	火	水	木	金	土	日	合計時間
改革案 (2)		◎		○		○	試合等	6 + α
		○		○		○		

○は通常練習

◎はAT等による体づくりの指導(2週間に1度程度の巡回指導)



- 生徒のスポーツによる怪我や痛みの発生が防止できる
- 塾や習い事などとの調整が容易になる
- 教職員の拘束時間が減る
- 施設利用のすみ分けが行いやすくなる
- 練習プログラムが充実する

(3) 当面の取組み

前章までの整理結果から、「専門家の派遣」と「チャレンジクラブ」の2つの事業を円滑に実施するようにすること、および、この2つの事業を持続するための仕組みの構築を目指す必要がある。

このために、以下のことに取り組んでいくものとする。

1) 専門家派遣の円滑な実施と成果の確認

- ① (生徒や顧問を対象とした) アスレティックトレーナー等の専門家が行うこととその意義に関する事前レクチャー (職員には異動があり、生徒は新入生を迎えるので繰り返しやる必要がある)
- ② 各部の計画との事前調整 (できるだけ長いスパンでの計画づくり)
- ③ 各部の指導、助言と効果測定
- ④ わかりやすい指標の検討
- ⑤ 情報共有のためのコンテンツ作成 (IoTの活用等)
- ⑥ 財源確保にむけた活動

2) チャレンジクラブの円滑な実施

- ① 位置づけの整理
- ② 長期計画に基づくチャレンジクラブの実施
- ③ チャレンジクラブ支援の地域の体制づくり (人材、施設、財源)

3) 関係者会議

- ① 部活動改革の姿の検討

6. 資料

- (1) 専門家派遣報告
- (2) 怪我等に関する相談報告
- (3) 各部指導配布資料
- (4) 栄養指導配布資料
- (5) もっちゅうアップ講習会資料
- (6) もっちゅうアップ生徒配布資料
- (7) 栄養講習会資料
- (8) 事前アンケート結果
- (9) 事後アンケート結果

令和元年度・運動部活動改革プラン
＜地域との協働・融合に関する調査・実践研究＞
「部活動へのアスレティックトレーナー等の派遣と
チャレンジクラブ制度の導入の効果と課題の把握」
報告書

令和2年3月
NPO 法人浦和スポーツクラブ
info@urawasc.org
TEL 048-887-7140 FAX 048-677-7598