

尼崎市部活動指導者ハンドブック

尼崎市教育委員会

令和5年4月

尼崎市教育委員会で定めた「部活動の方針」において、部活動指導のポイントとなる部分をまとめることで、指導上注意すべきことを簡単に確認できるようにしました。

◎ プレーヤーズ・センタードに基づく部活動の推進

★ 「プレーヤーズ・センタード」とは、

生徒を第一に考えるプレーヤーズファーストの考え方が更に発展し、生徒を取り巻くすべての関係者や指導者自身も、それぞれの良好・幸福な状態を目指しながら、生徒をサポートし、気づきを促し、成長に導く考え方です。

これにより生徒が自発的な運動の楽しみを感じ、自ら考え、行動できる力を育むことを目指すもので、一連の体罰事案を受けその根絶のために設けられた「体罰根絶のための有識者会議」から提言されたものです。

◎ プレーヤーズ・センタードの取り組み

- ① 個性を伸ばし、友情を深めるなど好ましい人間関係を育て、部活動の意義を再確認し、対話を重視した指導を図る。
- ② 生徒の声を聴く仕組みつくる。
- ③ 短期的な結果を追うのではなく、生徒の長期的なスポーツ活動や文化活動を見据えた指導を行う。
- ④ 指導者も常に学び続けながら、生徒の成長を支援する。(グッドコーチ)

◎ 運営体制の整備

1. 顧問は、活動方針と月間練習日程・計画表を作成し校長に提出し、生徒、保護者に伝える。
2. 適切な休養日等の設定

【高校】

- ★ 週あたり1日以上休養日を設定する。長期休業中もこれに準じる。
- ★ 1週間の活動時間は、22時間程度とする。

【中学校】

- ① 週あたり2日以上休養日を設定する。
(平日及び土日等の休業日に、それぞれ1日以上休養日を設定する。)
- ② 週休日等に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。
- ③ 平日の休養日は、学校の実情に合わせて設定する。
- ④ 1日の活動時間は、平日2時間程度、土日等の休業日は3時間程度とする。
- ⑤ 定期考査中や長期休業中などを利用し、ある程度の長期オフシーズンを確保する。
(学校閉鎖期間は、原則活動休止とする。)
- ⑥ 学校単位で参加する大会や合宿等については、生徒の教育上の意義や、生徒及び顧問の負担とならないことを考慮して参加する。

◎ 効率的・効果的な部活動の推進

1. 様々な教育的配慮の必要性

- ① 生徒の心身の健康管理を徹底する。
(スポーツ障害・外傷の予防・熱中症対策やバランスのとれた学校生活への配慮等)
※重大事故発生時には危機管理マニュアル(参考)などを確認し、落ち着いて迅速に対応する。個人で判断せず、些細なことでも管理職に報告・連絡・相談する。
- ② 活動場所における施設・設備の点検や活動場所における環境整備、練習道具の安全点検等を十分に行い、事故を未然に防ぐ。
- ③ 生徒への指導においては、体罰、暴言、ハラスメントを根絶する。
- ④ 顧問は、活動場所での生徒の活動に立ち会うことを原則とし、校外で活動する場合は顧問(部活動指導員)が引率し、行動や安全・事故防止についても指導を行う。
- ⑤ 生徒の体力や技能レベル、部活動の特性を踏まえ、科学的で合理的な内容・指導方を取り入れ、できるだけ効率的・効果的な練習を行う。
- ⑥ 外部コーチは、顧問の活動計画に従って技術指導を担当する。

2. 指導方法の基本

生徒の自主性、個性を尊重した指導

- ◎ スポーツや文化活動の楽しさを実感させる
- ◎ 仲間との交流を実感させる
- ◎ わかる喜びを充実させる(新たな発見)
- ◎ できる喜びを充実させる(成就感)

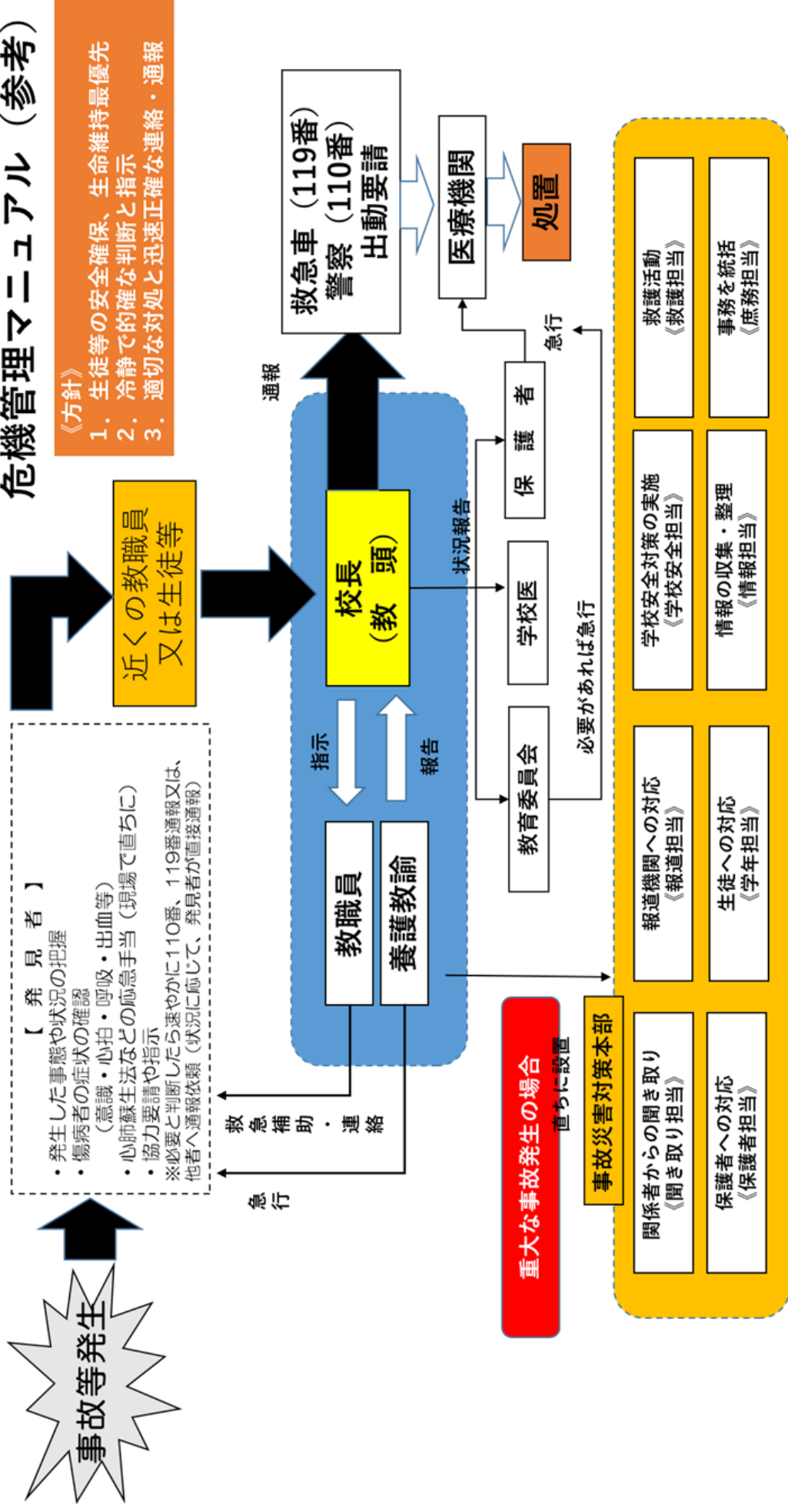
対話を重視した指導

- ◎ ポイント(動きのコツ)を的確に言葉で教える
- ◎ 生徒の思いに個別に耳を傾ける
- ◎ 激励や称賛は欠かさない

◎ 部活動に対する学校の組織的対応

- 学校のサポート体制
 - ① 顧問会などを活用し、各部の情報共有を図る。
 - ② 部活動のことで悩む生徒に対して、部活内部の問題であっても、担任や管理職、スクールカウンセラーに気兼ねなく相談するよう周知徹底する。
- 「学校」「家庭」「地域」の連携
 - ① 学校は部活動の紹介をしっかりと行い、ご家庭からの支えと、地域からの応援がいただけるよう活動する。

緊急連絡体制 危機管理マニュアル（参考）



【発見者】

- 発生した事態や状況の把握
- 傷病者の症状の確認
(意識・心拍・呼吸・出血等)
- 心肺蘇生法などの応急手当（現場で直ちに）
- 協力要請や指示

※必要と判断したら速やかに110番、119番通報又は、他者へ通報依頼（状況に応じて、発見者が直接通報）

《方針》

1. 生徒等の安全確保、生命維持最優先
2. 冷静で的確な判断と指示
3. 適切な対応と迅速正確な連絡・通報

重大な事故発生の場合
直ちに設置

事故災害対策本部

関係者からの聞き取り 《聞き取り担当》	報道機関への対応 《報道担当》	学校安全対策の実施 《学校安全担当》	救護活動 《救護担当》
保護者への対応 《保護者担当》	生徒への対応 《学年担当》	情報の収集・整理 《情報担当》	事務を統括 《庶務担当》

事故対応フローチャート

心停止に対する応急手当



呼びかけや肩をたたくなど
を行い、**反応があるか**
を確認する。

反応あり

傷病者の様子を観察し、
具合を尋ねる。

反応なし
判断に迷う(わからない)

周囲に呼びかけ応援を要請し、
119番通報とAEDを手配する

腹部や胸部の動きを見ながら、
呼吸を確認する。

呼吸あり

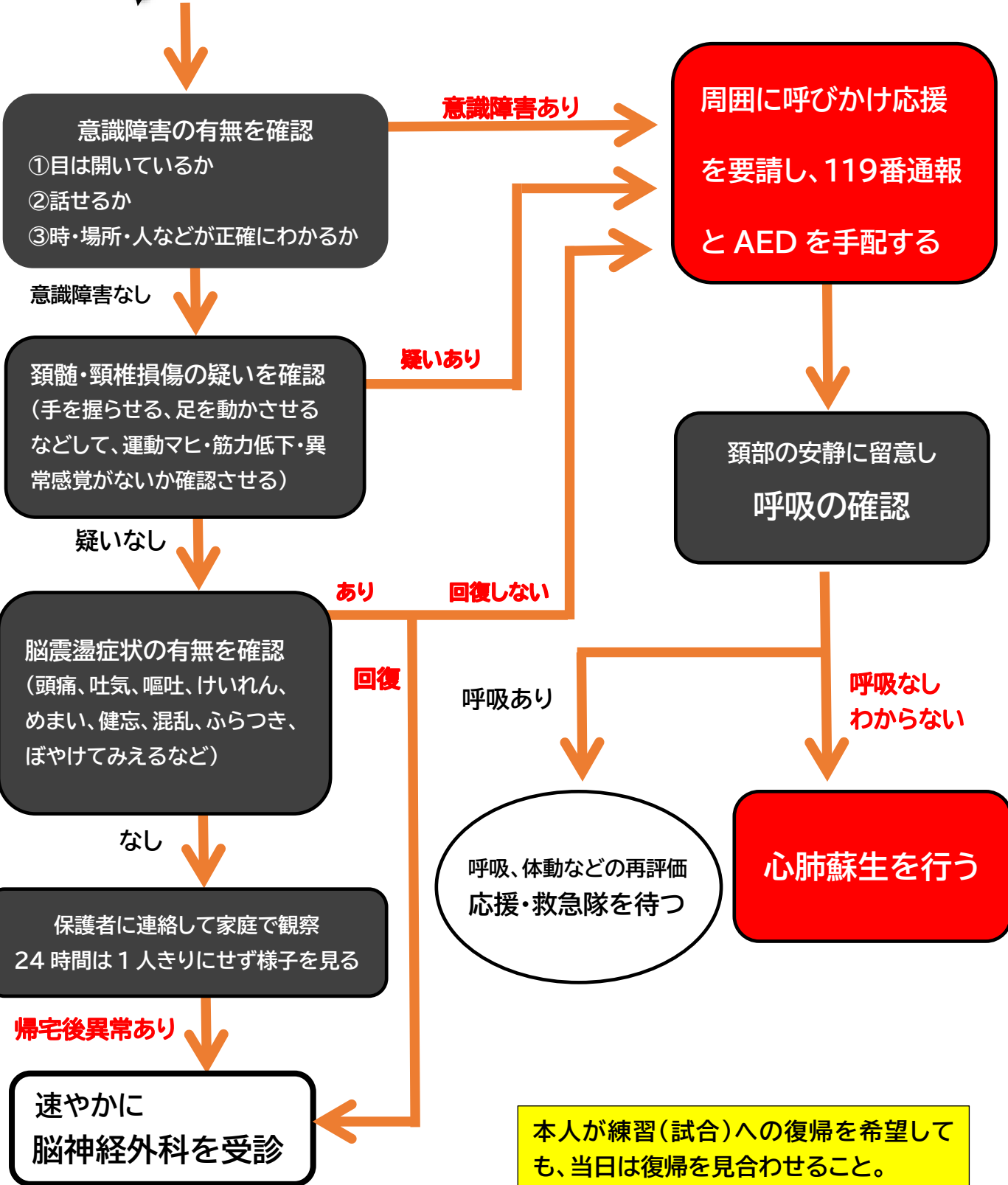
横に向けるなど
気道の確保を行い、
応援・救急隊を待つ

呼吸なし
判断に迷う(わからない)

心肺蘇生を行う

胸骨圧迫は1分間に100回以上
人工呼吸ができる場合は胸骨圧迫30
回に対して人工呼吸2回の割合で行う。

頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート



意識障害の有無を確認
①目は開いているか
②話せるか
③時・場所・人などが正確にわかるか

意識障害あり

周囲に呼びかけ応援を要請し、119番通報とAEDを手配する

意識障害なし

頸髄・頸椎損傷の疑いを確認
(手を握らせる、足を動かさせるなどして、運動マヒ・筋力低下・異常感覚がないか確認させる)

疑いあり

頸部の安静に留意し
呼吸の確認

疑いなし

脳震盪症状の有無を確認
(頭痛、吐気、嘔吐、けいれん、めまい、健忘、混乱、ふらつき、ぼやけてみえるなど)

あり

回復しない

呼吸の確認

呼吸、体動などの再評価
応援・救急隊を待つ

なし

保護者に連絡して家庭で観察
24時間は1人きりにせず様子を見る

呼吸あり

呼吸なし
わからない

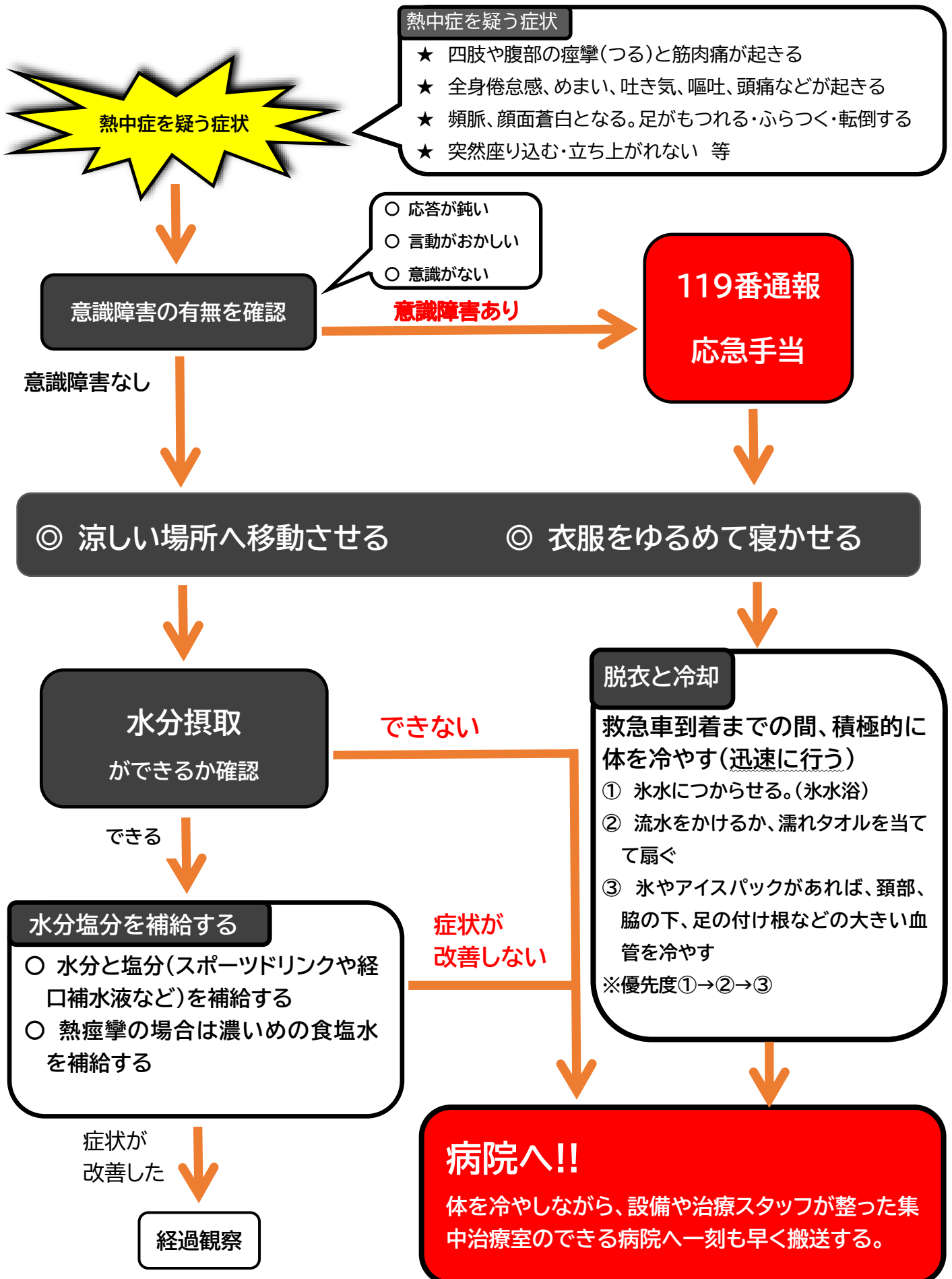
心肺蘇生を行う

帰宅後異常あり

速やかに
脳神経外科を受診

本人が練習(試合)への復帰を希望しても、当日は復帰を見合わせる。

熱中症対応フローチャート



〈参考〉熱中症予防運動指針（尼崎市版）

気温（参考）	暑さ指数 （WBGT）	運動の実施の可否	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	<ul style="list-style-type: none"> ・外に出るのを避け、涼しい室内で過ごす。 ・屋外や体育館での活動及び水泳指導は、中止、延期または活動時間を変更する。（体育大会も含む）
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 （激しい運動は中止）	<ul style="list-style-type: none"> ・WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 ・運動する場合には、頻繁に休息をとり、水分（塩分）の補給を行う。（15分に1回程度） ・体力の低い人、暑さになれていない人（6月など）は運動を中止する。 ・体育館等を使用した集会等は、短時間とする。
28～31℃	25～28℃	警戒 （積極的に休息）	<ul style="list-style-type: none"> ・WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。 ・激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 （積極的に水分補給）	<ul style="list-style-type: none"> ・WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 ・熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 （適宜水分補給）	<ul style="list-style-type: none"> ・WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。

*各学校園において、グラウンドや体育館等の活動場所で定期的に暑さ指数や気温を計測し、この表に基づき校長が運動の実施の可否を判断し、教職員に周知し、活動内容を確認します。

運動部活動について

- 「熱中症予防運動指針（尼崎市版）」を参考に、「いきいき運動部活動」（平成30年9月兵庫県教育委員会）の実施基準に基づいて行う。

「いきいき運動部活動 Q&A」（抜粋）

- ・各校において、グラウンドや体育館等の活動場所で定期的に暑さ指数や気温を計測し、暑さ指数 31℃（気温 35℃）以上での運動は、中止も含めた活動内容を検討してください。
- ・公式大会の直前の練習など特別な事情により練習を行う場合であっても参加児童生徒の事前の健康チェック、こまめな水分・塩分の補給や休憩の取得、観戦者の軽装や着帽等、生徒の健康管理を徹底すること、熱中症の疑いがある症状が見られた場合には、早期の水分・塩分の補給や体温の冷却、病院への搬送等、適切な対応を徹底することとします。

歯・口のけがの応急処置のポイント

抜けたり、破折した時は、傷口を清潔にし、ガーゼ等で圧迫止血する。

歯を捜し、乾燥させないように歯の保存液に浸す。

(歯を持つときには根元を持たない)

<注意事項>

歯の保存液は、歯や歯根膜の乾燥を防ぎ、再植に必要な歯根膜細胞を守るために使用します。歯が抜けたとき、歯の保存液がなかったら、歯根膜細胞が浸透圧で変性しないように冷たい牛乳でも代用は可能です。しかし、学校では歯の保存液を保健室などに常備しておくことをお勧めします。

眼の外傷の対応

目が開かない(まぶたの腫れ、痛み)、目に何かが刺さっている場合は速やかに眼科を受診する。特に眼球破裂(眼球からの出血や液体の流出がある場合)が疑われるときには、眼部を圧迫しないようにする。

目が開く場合でも白目の充血、ダブったりぼやけて見える、視力の低下などがあれば眼科を受診する。

名前

学校名

学校住所

電話番号

連絡先

部活動名

部活動情報

緊急連絡先

A E D設置場所

その他