松戸市立松戸高等学校 部活動指導の指針

~「逞しくジリツ(自立・自律)した人を育てる」ための教育活動の実現~

部活動がもたらす効果

●4 つの楽しさ

- 活動そのものの楽しさ
- ・成長・向上の楽しさ
- 交流の楽しさ
- 競争の楽しさ (1979 年 M. チクセントミハイ)
- ●社会人基礎力の養成
 - ・前に踏み出す力
 - ・考え抜く力
 - チームで働く力

松戸市立松戸高等学校の部活動の理念

- ●専門的技能・知識を習得し、地域の発展に貢献で きる人間を育成する
- ●上位大会・コンクールや発表会等への出場を目標 としながら、勉学にも力を入れ、文武両道ができ る人間を育成する
- ●エリート(社会における各分野のリーダーであ り、奉仕者)として学校生活を活性化させること ができる人間を育成する

部活動を通した横のつながり

- ●合同トレーニングや身体・心を考える研修会の開催
- ●「部活動+1プロジェクト」を通して地域貢献活動
- ●各ホームルーム、委員会、生徒会活動、学校行事に積極的に参加
- ●自主的な勉強会(合同勉強会)の実施。学校が主催する共通試験 対応講座への参加

指導の充実

~ スチューデント・ファースト! 生徒の成長のために ~

活動の目的・目標の 明確化、共有

- 対話を重視した活動
- ・生徒主体のミーティング
- ・ニーズ(競技志向、エンジョ ・活動の目的、目標に応じた適 イ志向等)に応じた活動

科学的・効果的な指

- ・超回復、漸新性の原則に基づ

いた練習計画

切な活動時間、休養日の設定

QOLの向上

- 生きがい作り
- ・多面的な関わり方
- 「する、みる、支える、調べる」
- ・牛涯スポーツの基礎作り

事故の防止と 安全への配慮

- 体調管理
- 熱中症、低体温症の予防
- 活動環境の整備
- 「 指導者は選手の未来に触れている 」アンディ・ロクスブルグ
- 「 学ぶことをやめたら教えることをやめなければならない 」 ロジェ・ルメール

適切な活動時間の設定

- ●大会や競技性を考慮した適切な活動時 間の設定
- ●年間70日以上の休養日、1日3時間程 度の活動時間の設定を心がける

ただし、土日祝日や長期休業中での大会 や練習試合等については、1日8時間程 度とする

●「すき間時間」の活用 (活動時間・内容を事前に把握し、時間 の有効活用を図る)