

今後の部活動の目指す方向性

部活動に関する総合的なガイドライン（令和元年7月 東京都教育委員会）の趣旨

- 生徒の自主的・自発的な参加
- 合理的でかつ効率的・効果的な活動（スポーツ医・科学的視点の積極的導入等）
- 休養日や活動時間の適切な設定
- 外部の指導者を含めた指導体制の充実

取組内容

- (1) 生徒の健全育成
- (2) 競技力の向上
- (3) 競技種目の普及・育成
- (4) 拠点校としての活動（競技人口の少ない競技）
- (5) 地域貢献

指定期間

○3年間を目途とする。

部活動の実態に応じた予算執行

○部活動に関する総合的なガイドラインの趣旨を理解した予算執行（9費目）

科学的トレーニング等の積極的な導入

コンディショニングアプリの活用

個々のコンディショニングデータを可視化し、体力の向上及びケガの未然防止

<活用例>

- コンディションデータをグラフ表示
- 体力の目標値に対する最適なトレーニングを策定
- 食事内容を記録し、栄養学に基づいた食生活改善

○対象 全指定部

○スケジュール

令和4年10月～

アプリ使用開始、専門家派遣



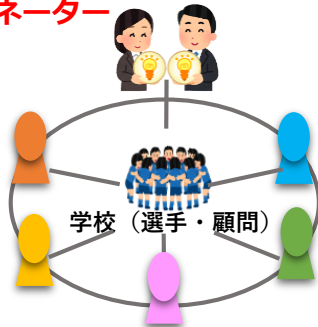
スペシャリスト派遣

スポーツ医・科学に基づく多角的な指導体制の整備による合理的で効率的・効果的な活動の推進

<活用例>

指定部活動の実態に応じたスペシャリストを調整し、派遣する
★**コーディネーター**

- アスレティックトレーナー**
選手の健康管理や傷害予防
- フィジカルトレーナー**
筋力や心肺機能等の強化トレーニング
- メンタルトレーナー**
生徒が実力発揮するための心理面をサポート



○対象 最大24部

○スケジュール

令和4年4月～

○頻度 月に2回程度（通年）

●**スポーツアナリスト**

ICTを活用し、データの収集や分析をもとにした戦略構築

●**スポーツ栄養士**

生徒及び保護者への栄養教育

GPSパフォーマンス分析

GPSを駆使し、走行距離、スピード、加速度、心拍数等の解析データを基にした指導の推進

<活用例>

- GPSにより、リアルタイムな心拍数等を測定
- データを蓄積し、生徒が自身の動きを把握
- 短時間で効率の良い練習を実現



○対象 最大10部

○スケジュール

令和4年10月～使用開始

キャプテン会議

○対象 各指定部活動1名(主将、副主将など)

○回数 年1回 令和4年12月23日(金)午後

○場所 東京都教職員研修センター

○目的

指定校の代表者が一堂に会して、共通の課題を解決することで**生徒の自覚を醸成し、主体的な部活動運営の参画**を図る。

○内容

廣瀬 俊朗 氏からの講演・講義、指定校の取組発表



○生徒の健全育成（「知」「徳」「体」のバランスのとれた「生きる力」の育成）

○競技力の向上（全国大会や関東大会へ出場、活躍）

都立学校の運動部活動の活性化