

運動部活動 指導の手引 (外部指導者用)

平成28年3月

宮城県教育委員会

平成23年3月県教委が発行した「運動部活動指導の手引き」より抜粋し表現・文言を改訂したものです。

<目 次>

	ページ
1 総論	1
(1) 運動部活動の意義	
(2) 運動部活動の位置付け	
2 外部指導者の役割	3
(1) 外部指導者の立場	
(2) 部活動指導目標，計画等作成	
① 指導計画の作成	
② 活動時間	
(3) 目標設定方法	
(4) 保護者との連携・連絡	
(5) 生徒指導上の管理	
① いじめ	
② 相談の対応	
(6) 健康の管理	
3 指導内容について	5
(1) トレーニング方法	
① トレーニングの原理	
② トレーニングの5原則	
4 信用失墜行為の禁止	6
(1) 指導者による体罰	
(2) 指導者によるセクシャルハラスメント	
(3) その他信用失墜行為	
5 部活動中の事故防止対策	7
(1) 未然防止策	
① 事故発生未然防止に向けて	
② 練習環境，場所，天候等のチェック	
(2) 具体的確認事項	
① 屋内外共通事項	
② 屋外競技	
③ 屋内競技	
6 事故対応について	8
(1) 事故発生時の対応	
① 事故発生時の対応マニュアルについて	
② その他のマニュアルの確認について	
(2) 緊急対応の心構え	
7 資質向上について	9
(1) 外部指導者が指導力を向上させる方法・機会	
8 確認事項関係	10
(1) 学校との確認事項	
(2) 顧問との確認事項	
9 渉外関係	10
(1) 外部指導者が任期途中で辞めるときの手続き	
(2) 外部指導者の指導中のケガ	
(3) 外部指導者の大会引率	
(4) 入学前生徒の練習参加への対応	

1 総論

(1) 運動部活動の意義

運動部活動は、学校教育活動の一環として、スポーツに興味と関心を持つ同好の生徒が、教員等の指導の下に、自発的・自主的にスポーツを行うものであり、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、学校生活に豊かさをもたらす意義を有しています。

また、運動部活動は生徒が体育の授業で体験し、興味・関心を持った運動を更に深く体験するとともに、授業で身に付けた技能等を発展・充実させることができるものであり、逆に、部活動での成果を体育の授業で生かし、他の生徒にも広めていくこともできるものです。

さらに、運動部活動は、自主的に自分の好きな運動に参加することにより、体育の授業に加えて、スポーツに生涯親しむ能力や態度を育てる効果を有しており、あわせて、体力の向上や健康の増進を一層図るものです。一方で、学級や学年を離れて生徒が活動を組織し展開することにより、生徒の自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成し、仲間や教師(顧問)と密接に触れ合う場としても大きな意義を有するものです。

このように、運動部活動は生徒のスポーツ活動と人間形成を支援するものであることはもとより、その適切な運営は、生徒の明るい学校生活を一層保障するとともに、生徒や保護者の学校への信頼感をより高め、さらには学校の一体感の醸成にもつながるものです。(※運動部活動の在り方に関する調査研究報告書より抜粋)

(2) 運動部活動の位置付け

部活動の意義が強調され、地域との連携もあわせて重視されているということもあり、「中学校(H20.3)及び高等学校(H21.3)学習指導要領」には部活動について下記のように記載されています。

中学校学習指導要領：第1章総則第4の2(13) 高等学校：第1章総則第5款の5(13)

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の方々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携など、運営上の工夫を行うようにすること。

また、「学習指導要領解説保健体育編」では、次のように補足説明しています。

生徒の自主的・自発的な参加により行われる部活動について

- ① スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合い友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものであること。
- ② 部活動は、教育課程において学習したことなども踏まえ、自らの適性や興味・関心等をより深く追求していく機会であることから、各教科等の目標及び内容との関係にも配慮すること。
- ③ 生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するよう促すなど、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるようにすること。
- ④ 地域や学校の実態に応じ、スポーツや文化及び医・科学等にわたる指導者など地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育施設や地域のスポーツクラブといった社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うこと。
- ⑤ 各学校が部活動を実施するに当たっては、生徒が参加しやすいよう実施形態などを適切に工夫するとともに、休養日や活動時間を適切に設定するなど生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮する必要があること。

さらに同解説において、「運動部活動」として下記のように明記されています。

<運動部の活動>

運動部の活動は、スポーツに興味と関心をもつ同好の生徒が、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験する活動であるとともに、体力の向上や健康の増進にも極めて効果的な活動である。

したがって、生徒が運動部の活動に積極的に参加できるよう配慮することが大切である。また、生徒の能力等に応じた技能や記録の向上を目指すとともに、互いに協力し合って友情を深めるなど好ましい人間関係を育てるよう適切な指導を行う必要がある。

運動部の活動は、主として放課後に行われ、特に希望する同好の生徒によって行われる活動であることから、生徒の自主性を尊重する必要がある。また、生徒に任せすぎたり、勝つことのみを目指したりした活動にならないよう留意する必要もある。このため、運動部の活動の意義が十分発揮されるよう、生徒の個性の尊重と柔軟な運営に留意したり、生徒のバランスのとれた生活や成長のためにも休養日や練習時間を適切に設定したりするなど、生徒の能力・適性、興味・関心等に応じつつ、健康・安全に留意し適切な活動が行われるよう配慮して指導することが必要である。

2 外部指導者の役割

(1) 外部指導者の立場

外部指導者の方には、中学校・高等学校の運動部において教員の技術指導の補完を行うために御協力いただいております。

学校と地域が連携し、地域に在住するスポーツ指導者やスポーツ経験者等を外部指導者として認定・派遣することにより、運動部活動の充実及び教員の資質向上を図ることを目的としています。

宮城県教育委員会（以下「県教委」という。）では、それぞれの運動種目に対する実技指導力を有し、学校教育における運動部活動の意義や学校教育方針を理解し、中学校・高等学校の運動部顧問教員と協力できる指導者としてふさわしい方を外部指導者として認定し、各学校へ派遣しています。

(2) 部活動指導目標、計画等作成

①指導計画の作成

各学校の実態に応じた目的・目標、学校・生徒・保護者の共通理解のもと、学校が指導計画を設定します。また、学校では、年間計画、月間計画、週間計画、1日の計画を作成し、生徒、保護者はもちろん外部指導者と共有することが必要です。その際、練習内容を精選・工夫し、目的が達成できるように目標を設定し、協力して部活動が展開できるようにしてください。

②活動時間

各学校での活動時間を厳守するようにしてください。

(3) 目標設定方法

学校では、教育目標や部活動の方針及び顧問の指導理念に基づき、生徒の志・能力を把握し、保護者の理解と協力が得られるよう配慮して目標を設定します。

仮に、外部指導者が考える目標と顧問・生徒の目標との間に差違が生じることがある場合は、十分に話し合い、共通理解に基づいた目標を立てることが大切です。

(4) 保護者との連携・連絡

保護者は目標に向かって努力をする生徒にとって、物心両面で大きな支えとなります。そういう意味で一番身近なサポーターであり、理解者です。

生徒の目標達成のためには、学校だけでなく、家庭、地域のサポートが欠かせません。そのため、顧問とともに保護者に対して部活動の方針等について十分説明し、理解を求めることが必要となります。

そこで、顧問と保護者に関する情報も共有することが大切です。

また、生徒の健康面での安全を確保しながら活動するためには、運動する上で健康面に影響を及ぼすような呼吸循環器系、アレルギー、シックハウス等の疾病や障害等についても、情報を共有するとともに、配慮すべき事項を確実に把握し、適切な指導が行われるように留意してください。

(5) **生徒指導上の管理**

①いじめ

生徒指導上、最も重要な案件の一つである「いじめ」に関しては、暴力、人格を否定する言動、仲間はずれ、ネットを介しての誹謗中傷などについて、部活動においては、人間関係が密接になることにより表面化しづらい事があります。

加害者は、いじめの意識が希薄であることから、「いじめ」として認識し発見するのが困難な場面もありますが、被害を受けている生徒（部員）がいじめと感じる限り、解消のための対策を講じなければなりません。

いじめの形態は、携帯電話のメールやインターネットの掲示板等の利用による、特定の個人への誹謗中傷や、学年間の不適切な上下関係から生じる暴力行為などが考えられます。いじめの未然防止と早期発見のために、生徒同士の些細な行動や言動を見逃さずに、速やかに顧問に報告してください。

②相談の対応

生徒から「顧問（教員）には言わないで欲しい」ということを前提に、様々な相談を受けることがあります。その場合には、内容について必ず顧問に報告をして、継続的に顧問と連絡を密に取り、共通理解のもと、適切に対応してください。

(6) **健康の管理**

部活動の開始前には次の事項の確認をお願いします。

①顔色や表情の観察確認

イ 生徒の動きや表情を見て、集中力や疲労度合、体のキレなどの状態を把握してください。

ロ 声かけをしたり、適度に休憩を入れてください。

ハ 定期考査後や学校・体育的行事後、年末年始の休み後、病気の回復後の練習前は、特に入念な健康観察をしてください。

②顧問と健康診断結果や授業態度、保健室利用状況等の確認

イ 生徒の日常の授業態度や健康状態の情報共有してください。

ロ 顧問と日常の生活習慣の乱れ等の確認をしてください。

③継続的な健康観察・対応

- イ 睡眠不足や疲労蓄積，食欲不振，朝食欠食生徒を把握し，必要に応じて指導してください。
- ロ 生徒自身に日頃から自分の健康管理について関心や意識を持たせるような指導をしてください。
- ハ 熱中症予防として，水分補給や脈拍のチェックをしてください。
- ニ 風邪やインフルエンザ等の流行時には，無理をさせず，症状が見られる場合には，下校し通院することを勧めてください。
- ホ 咳込んでいたり悪寒，体調不良を訴えるようであれば，練習前に顧問に相談し，判断を仰いでください。

3 指導内容について

(1) **トレーニング方法**

トレーニング（フィジカル，メンタル）においては多様な種類と方法が編み出され，実践されています。また，各競技の特性によっても多様な方法で行われているのが現状ですが，指導する対象の生徒の現状を踏まえて適切に行うようにしてください。

以下，基本例を挙げますので，参考にしてください。

①トレーニングの原理

トレーニングにはオーバーロードの原則のもと，3つの生理学的適応原理（特異性，可逆性，適時性）があります。担当する中学校・高等学校期（13歳から18歳）の期間だけでなく，生涯にわたっての中・長期的な視野での計画が重要です。

②トレーニングの5原則

5つの原則をバランスよく行うことが大切であり，単に「量」ばかりを強要してもよい競技者は育つことはなく，むしろバーンアウト（燃え尽き）症候群等につながることもあり，問題点として指摘されています。

<トレーニングの5原則>

全面性	・指導者は、プレイヤーに対して体力の諸要素を偏りなく高めるとともに、競技毎の専門体力をバランスよく向上させる
意識性	・指導者はプレイヤー自身にトレーニングの目的、意味を理解させ、プレイヤー自身もよく自覚しながら行わせる
漸進性	・トレーニングにより体力が向上するに従って、個々のプレイヤーへのトレーニングの負荷も漸進的に増やしていく
個別性	・体力の個人差を考慮し、目的、年齢、性別、強度、時間などに応じて負荷を与える
反復性	・トレーニングの効果を上げ、体力を向上させるためには、繰り返しコツコツ反復を重ねる

4 信用失墜行為の禁止

(1) 指導者による体罰

外部指導者と生徒（部員）の信頼関係が構築されていたとしても、体罰は絶対に許されるものではありません。より高い目標の達成を目指して、厳しい指導になっても、感情の高揚を抑え、冷静に生徒を指導しなければなりません。

生徒の自主性・個性の尊重と柔軟な運営に留意し、生徒の能力・適性、興味・関心等に応じつつ、健康・安全に留意し適切な活動が行われるよう配慮して指導することが必要となります。

より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験する活動である部活動指導に体罰は不必要なものです。

指導者自身が個に応じた指導法を勉強し、時間や言葉を含め威圧的な指導にならないよう明るく生徒に接し、主体的に取り組める環境づくりに励む事が大切であり、褒める部分を探し、豊かな包容力で生徒を指導するように心掛けることが大切です。

【スポーツ界における暴力行為根絶宣言】（抜粋）

<指導者>

- ① 指導者は、スポーツが人間にとって貴重な文化であることを認識するとともに、暴力行為がスポーツの価値と相反し、人権の侵害であり、全ての人々の基本的権利であるスポーツを行う機会自体を奪うことを自覚する。
- ② 指導者は、暴力行為による強制と服従では、優れた競技者や強いチームの育成が図れないことを認識し、暴力行為が指導における必要悪という誤った考えを捨て去る。
- ③ 指導者は、スポーツを行う者のニーズや資質を考慮し、スポーツを行う者自らが考え、判断することのできる能力の育成に努力し、信頼関係の下、常にスポーツを行う者とのコミュニケーションを図ることに努める。
- ④ 指導者は、スポーツを行う者の競技力向上のみならず、全人的な発育・発達を支え、21世紀におけるスポーツの使命を担う、フェアプレーの精神を備えたスポーツパーソンの育成に努める。

平成 25 年 4 月 25 日

公益財団法人日本体育協会 公益財団法人日本オリンピック委員会

公益財団法人日本障害者スポーツ協会 公益財団法人全国高等学校体育連盟

公益財団法人日本中学校体育連盟

(2) 指導者によるセクシャルハラスメント

外部指導者と生徒や保護者との関係において、指導者から相手に不快と受け取られるような性的な言動や、性差別と受けとめられるような言動は厳に慎まなければなりません。特に、指導者と生徒の関係の中では、無言の力関係が存在しているので、指導者自身が常に意識し相手に配慮した思いやる言動が必要となります。不用意な言動が、不登

校の原因になる場合もあるので注意をしなければなりません。

また、スキンシップと称して、生徒（部員）の身体に触れる行為や熱心な個別指導などが、指導者自身には全くセクハラを意識がなくても、生徒がこれを性的に不快に感じた場合には、セクハラ行為に該当することを忘れてはいけません。

(3) その他信用失墜行為

上記の他、指導者としての信用を失墜させる行為（パワハラ、モラハラ、情報漏洩等）は指導者本人のみならず、指導を受けている生徒、保護者、学校関係者に対しての裏切り行為となるものであることを十分認識してください。

5 部活動中の事故防止対策

(1) 未然防止策

事故発生の未然防止に努め、次の事項を怠ることなく継続的に実施するよう努めてください。

①事故発生未然防止に向けて

- イ 生徒の発達段階、体力、経験、技能、志向等に応じた適正な実施計画を立てる。
- ロ 生徒の健康状態、判断能力、体力・技能を把握し、適切な指導を行う。
- ハ 生徒が気付かない危険を予見し回避させたり、危険があれば直ちに回避させるよう配慮する。

②練習環境、場所、天候等のチェック

- イ 突風、竜巻、落雷、雹（ヒョウ）などの急激な気候変動の情報収集
- ロ 暑さ指数（WBGT）のチェック

(2) 具体的確認事項

①【屋内外共通事項】

- イ グラウンド、コート、体育館、武道館、プールなど、それぞれの練習場所の安全確保に努めてください。
- ロ 隣接して活動する他の部員との衝突や接触を回避できるよう対策を講じてください。
- ハ 器具の安全な運搬方法や、設置・撤去の仕方、置き場所、置き方などを事前に指導してください。
- ニ 練習前、練習中に設備、器具、用具、道具のチェックを欠かさず行ってください。（体操設備・器具、竹刀、防具、バット、ラケット、手具、弓具、フェンシング等の

用具の破損がないかを適宜確認してください。)

ホ 防球ネットのワイヤーの張り具合やゲージの金属部分、サッカーゴール、ハンドボールゴール、ラグビーゴールポスト、バレーボール支柱、バドミントン支柱、テニスの支柱、支柱を設置固定するための穴等の腐食、破損状況等も確認してください。

②【屋外競技】

イ グラウンドの凹凸がないよう事前事後の整備を怠らないようにしてください。

ロ グラウンドの外周フェンスが破損していると周辺の民家にボール等が侵入し、家屋破損や住民のケガの危険性も考えられるので随時状況把握をしてください。

ハ アーチェリー、弓道場内外及びプールの安全確保は、重大事故の防止のため、確実に行ってください。

ニ 事前に雷や強風等の気象情報を確認するとともに、移動式のゴールや防球ネットが強風で倒れたり、飛ばされたりしないように注意してください。また、強風時および突風が予想される場合はテントを設置してはいけません。

ホ 野球部、陸上部、サッカー部、ラグビー部等の複数競技でグラウンドを使用する際、ボール及び砲丸、ハンマー、槍等の投てき物による重大な事故が発生しないように、留意してください。特に薄明時は、ボール等が見えにくくなるので注意が必要です。

③【屋内競技】

イ 床の水滴や砂埃等は、ケガの原因となるので、随時モップ掛けや雑巾掛けをし、安全な環境を保つようにしてください。

ロ 木製床板の裂け目や、止め釘等が浮いて出てきていないかを確認してください。

ハ アリーナ内にある危険物や不要物の撤去、移動ゴール等の固定を怠らないようにしてください。

ニ 防球ネットを張るだけで安心することなく、常に不要なボールを床に放置することがないように配慮してください。

6 事故対応について

(1) **事故発生時の対応**

運動部活動中は、軽微なケガから生命に関わる重篤なケガ、また突然死に至るケースなど「いつ、だれが、どこで」発生するかわかりません。

したがって、平素から対応手順を学校職員・顧問・生徒と確認しておく必要があります。

①事故発生時の対応マニュアルについて

イ 各学校で作成しているので確認してください。

ロ AEDの使用法、設置場所を把握願います。

②その他のマニュアルの確認について

学校ごとに作成しているマニュアルがあれば確認願います。

(例) ・養護教諭不在時マニュアル ・応急手当マニュアル ・緊急連絡マニュアル等

(2) 緊急対応の心構え

①顧問と情報共有をしてください。

②緊急対応先を探している間に状態が悪化する場合もあるので、自己判断するのではなく、周囲に応援を求めるなど冷静かつ適切な判断と迅速な対応が必要です。

③仮に生徒自身が「大丈夫です。」と言っても油断することなく、最善の対応を行ってください。

④受傷部分がどこなのかを確認するとともに緊急性を感じた場合や不安がある場合は、迷わず救急車の手配をしてください。※頭部のケガは必ず救急車の手配を行うこと。

(例) ボールやシャトルが目当たり、見えない。呼吸がおかしい。胸が苦しい。

意識がもうろうとしている。意識がない。ボールやバットが頭部に当たった。

気を失った。頭痛がする。言葉がおかしい。大出血。嘔吐。高熱・けいれん発作がある。など

7 資質向上について

外部指導者は生徒の人的成長に大きく関与するものであり、その資質向上に常に努めなければなりません。

(1) 外部指導者が指導力を向上させる方法・機会

公益財団法人日本体育協会（以下「日体協」という。）では、日本における国民スポーツ界の統一組織として、子どもから高齢者まで、生涯スポーツ社会の実現に向けた事業を推進しています。日体協は加盟団体等と一致協力のもと、生涯スポーツ社会の実現を目指し、生涯を通じた「快適なスポーツライフ」を構築するため、その推進の中心となるスポーツ指導者の養成と確保に努めています。

日体協においては、適切なスポーツ指導能力を証明する「公認スポーツ指導者制度」があります。年齢（発育発達段階）や技能レベル、興味や志向など多様なスポーツ活動に対応するため、指導対象や活動拠点を考慮し5領域16種類の指導者を養成しています。自身の指導に適した資格の研修を、受講して取得することとなります。また、本県主催の「運動部活動指導者研修会」をはじめ、各加盟団体においても資質向上のための研修会等は随時開催されているので、積極的に受講し自身の研鑽に努めてください。

(情報は県教委スポーツ健康課HP参照 <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/supoken/>)

8 確認事項関係

(1) 学校との確認事項

外部指導者は、校長が推薦し教育委員会が認定・派遣する事になります。

その際、学校の教育目標や教育方針について十分に理解した上で、部活動の方針も確認してください。また、学校の年間行事予定や部活動年間計画に基づき、顧問との連携・協力関係を保つため、次の事項をしっかりと確認してください。

- ①顧問（教員）との役割分担
- ②生徒の志向（目標レベル）、能力（技能）、体力、経験、健康状態
- ③保護者との連携と協力体制
- ④顧問・生徒・保護者との連絡体制
- ⑤顧問不在時の緊急連絡・対応（ケガの対応等）
- ⑥個人情報守秘義務

(2) 顧問との確認事項

生徒・保護者が外部指導者に最も期待を寄せるのが、競技力向上のための実技指導です。そのため、外部指導者の言動は生徒にとってかなりの重みを伴うものとなります。

外部指導者が生徒や保護者から信頼を得ながら指導をするためには、技能の向上や試合での実績を上げることも大切ですが、顧問（教員）と連絡を密にとり学校で取り決めた役割分担の中で「最大限に御協力いただく」ということとなります。

なお、学校とのトラブルの原因となりうる点は次のとおりですので、必ず顧問と確認し、情報交換してください。

- ①練習日・場所・時間・練習内容等を独自の判断で変更する。
- ②私的な大会や練習試合を独自で組む。
- ③独自の判断で生徒や保護者に依頼したり連絡したりする。
- ④定められた部活動の時間以外に独自で生徒を指導する。
- ⑤その他、学校の方針に反する指導等。

9 渉外関係

(1) 外部指導者が任期途中で辞めるときの手続き

年度はじめに、県教委の運動部活動外部指導者派遣事業で派遣申請をし、県教委から認定を受けた外部指導者が、指導継続が困難となり任期途中で辞める場合は、外部指導者から校長に辞退届（任意様式）を提出してください。なお、外部指導者としてあるまじき行為等があった場合は、学校長判断で認定取り消しを行う場合があります。

(2) 外部指導者の指導中のケガ

県教委が認定した外部指導者全員に対して、認定期間中は県教委が傷害保険に加入しています。万が一活動中に生じた事故により、身体に被った傷害等を補償するためのものです。

認定外部指導者が、指導中に受傷した場合には必ず顧問に報告してください。

(3) 外部指導者の大会引率

①【中体連の場合】

<全国中学校体育大会開催基準>

9. 引率・監督

(1) 参加生徒の引率・監督は出場校の校長・教員とする。

(2) 全国大会では外部指導者（コーチ）をおくことができる。外部指導者（コーチ）は、出場校の校長が認めた者とし、所定の「外部指導者（コーチ）確認書（校長承認書）」に必要事項を記入し、大会事務局に参加申込み時に提出する。但し、当該校以外の中学校教職員は、外部指導者（コーチ）にはなれない。また、同一人が複数校の外部指導者にはなれない。（水泳飛び込み、体操競技、新体操、卓球（アドバイザー）、スケート、スキー、アイスホッケーは、この項省く）

(3) 全国中学校体育大会の個人競技の参加について、校長・教員が引率できず校長がやむを得ないと判断した場合に限り、「全国中学校体育大会引率細則」により、校長が引率者として承認した外部指導者（コーチ）の引率を認める。

②【高体連の場合】

<全国高等学校総合体育大会開催基準要項>

1 1. 引率・監督

(1) 引率責任者は、団体の場合は校長の認める当該校の職員とする。個人の場合は校長の認める学校の職員とする。

(2) 監督、コーチ等は校長が認める指導者とし、それが外部指導者の場合は傷害・賠償責任保険（スポーツ安全保険等）に必ず加入することを条件とする。

(4) 入学前生徒の練習参加への対応

中学校、高等学校入学前に、部活動に早く慣れたい等の理由で、小学校を卒業した児童や中学校を卒業した生徒が、「練習に参加したい」と申し出る場合があります。

その場合の練習参加には細心の注意が必要となるため、事前に顧問に内容を伝えて、指示を仰いでください。安易に練習への参加を促してはいけません。期間によってはケガの保障が得られない場合があります。

したがって、学校側が入学前生徒の練習参加を許可してからの参加となります。