

## 長崎中学校部活動参加規定・心得

### 1 目的

部活動は学校教育の一環として、学校管理下において行われる文化及び体育の課外クラブ活動で、中学生としての健全な心身の発達を図るとともに、本校の教育活動である「自ら求めて学ぶ生徒」「思いやりのある生徒」「たくましい生徒」「自信と誇りを持つ生徒」を育成することを目的とする。

### 2 入部

部活動の入部については、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、課外クラブ振興会に年会費として、1,000円を納入する。

※ 課外クラブ振興会とは、部活動参加を希望する生徒の保護者をもって構成された会である。

### 3 転部・退部

入部した部を最後まで続けることは大切なことであるが、やむを得ない理由で転部や退部を行う必要がある場合は、各部の顧問、コーチ、学級担任、保護者と十分に相談し、所定の用紙に記入の上、届け出る。

### 4 設置部活動

#### (1) 運動部

軟式野球部（男・女）	陸上競技部（男・女）	ソフトテニス部（女子）
男子バスケットボール部	女子バレーボール部	男子バドミントン部
女子バドミントン部		

#### (2) 文化部

音楽部（男・女）	美術部（男・女）
----------	----------

### 5 活動

#### (1) 平日および休業日の活動時間

平日	…	2時間程度
休業日（土・日・祝日）	…	3時間程度
長期休業中	…	3時間以内、1週間の合計は16時間未満

※ 練習場所への移動、準備、片付等は含まない。

#### (2) 練習試合時の活動時間

3時間を超えることも想定されるが、身体的トレーニング効果が期待できる活動時間の合計が3時間程度を上限とする。（恒常的に長くならない、休憩・見学等は含まない。）

#### (3) 駅伝大会練習時の活動

練習に参加する生徒の過重負担とならないよう配慮する。（原則として、駅伝大会に向けての練習と部活動の練習を合わせて、上記(1)の活動時間とする。）

#### (4) 時期による活動時間（いずれも校門を出る時間）

平日	4月 1日	～	9月 10日	…	18:45
	9月 11日	～	10月 10日	…	18:30
	10月 11日	～	11月 10日	…	18:00
	11月 11日	～	1月 20日	…	17:30
	1月 21日	～	2月 20日	…	17:45
	2月 21日	～	3月 31日	…	18:15

休業日・長期休業中 活動時間は、練習割当および顧問の指示による。

#### (5) テスト前の活動

期末テスト … 実施日1週間前より活動中止

- (6) 大会前の活動  
大会を控える時の活動時間については、校長の許可を得て職員朝会の折に職員へ連絡する。
- (7) 監督者不在時の活動  
顧問・コーチ・保護者の全てが不在の場合、休業日や長期休業中の活動および大会への参加は禁止する。

## 6 大会参加基準

- (1) **中学校体育連盟が主催・共催する大会**への参加を基準とする。計2回  
・中学校体育連盟主催大会（市・県・九州・全国）…1回  
・中学校体育連盟主催新人大会（市・県）…1回
- (2) **その他の大会については、年間7回程度を上限**とし、参加する大会等を**精査**する。
- (3) 備考  
※ **上位大会がある場合は、まとまりを1大会**とする。リーグ戦も同じとする。  
※ 「程度」とは、地域によって開催されるマラソン大会、ペーロン大会など地域行事への参加を考慮したものである。  
※ 「精査」とは、大会開催が精査されるのではなく、各部で必要な大会へ制限回数程度で出場するという考え方である。  
※ 練習試合や合宿は、その他の大会に含まれないが、生徒の負担とならないよう計画する。

## 7 休養日

- (1) 平日、週休日の休養日  
平日 … 毎週水曜日  
(学校行事等により変更の場合あり。年度当初に年間計画を提示)  
週休日（土・日）… いずれか1日（練習割り当てによる）  
家庭の日 … 毎月第3日曜日（ノ一部活動デー）
- (2) 長期休業中の休養日  
平日 … 各部ごとに1日の休養日を設定（練習割り当てによる）  
週休日（土・日）… いずれか1日（練習割り当てによる）  
家庭の日 … 毎月第3日曜日（ノ一部活動デー）
- (3) **週休日に活動しない部も、平日の水曜日は休養日とする。**
- (4) 各部の活動状況に応じて、休養日を追加してかまわない。

## 8 活動日および休養日の振替

- (1) 家庭の日の大会  
翌月曜日または連休最終日を休養日に振り替える。
- (2) 日曜日の大会  
前日の土曜日は活動を行ってもよい。ただし、平常日に休養日を1日追加する。
- (3) 大会前の週休日  
校長の承認を得て、土・日曜日の2日間連続の活動を行ってもよい。ただし、通常の平日1日の休養日の確実な実施と、大会後にまとまった休養日をとる。
- (4) 週休日を挟んでの3連休  
土曜・日曜の2日間連続の活動を行ってもよい。ただし、金曜日または月曜日を休養日とする。  
例) 金(祝日)…休養日、土・日…活動日 土・日…活動日、月(祝日)…休養日

## 9 服装

- (1) 練習時の服装  
体操服、体育用ジャージ、長中Tシャツ・ポロシャツ、各部指定の練習着とする。何らかの理由で他の練習着を着用する場合は、必ず顧問に申し出ること。靴や靴下は、競技によって適・不

適があるため、各部指定のものとする。

(2) 練習時の防寒着

各部指定のウィンドブレーカーの着用を認める。

(3) 休日や長期休業中の登下校時の服装

制服を基本とするが、体操服、体育用ジャージ、長中Tシャツ・ポロシャツ、各部指定の服装を認める。(部活動以外で登校する場合は制服とする。)

(4) バッグ

補助バッグを基本とする。特に荷物が多い場合は、顧問の指示に従う。

## 10 更衣場所について (平日)

① 体育館	男子バドミントン部…部室 バスケットボール部…部室	女子バドミントン部…部室・2階更衣室 バレーボール部…部室
② 運動場	陸上競技部(男子)…1階西玄関 軟式野球部…1階西玄関	陸上競技部(女子)…3階更衣室 ソフトテニス部：3階更衣室
③ 特別教室	音楽部…更衣室不要	美術部…更衣室不要

## 11 留意事項

(1) 活動について

- ① 各部は、部活動の年間計画を作り活動を行う。練習計画は学習と部活動が両立するようにする。
- ② 各部の大会より学校行事を優先するものとする。
- ③ 運動場・体育館などの使用規則を守り、学校で決められた所定の練習時間・場所で行う。
- ④ 練習後は寄り道をしないで速やかに下校すること。なお、できるだけ複数で帰ること。

(2) 施設について

- ① 施設や用具は大切に扱い、公共物を汚したり、傷つけたりしないこと。特に、更衣室は常に整理整頓に努めること。
- ② 原則として、帰りの短学活後は、教室への出入りをしないこと。
- ③ 練習後は、後始末・戸締まりの確認を必ず行うこと。
- ④ 休み期間中の清掃は、各部において担当場所と更衣室、トイレの清掃を責任もって行うこと。
- ⑤ 休日や長期休業中の体育館の出入りは、体育館側面の1・2階出入口を利用する。(文化部以外は校舎玄関を利用しない。)
- ⑥ 休日や長期休業中は、職員室への用事やトイレ利用以外は校舎に入らない。(文化部を除く。)

(3) その他

- ① 部活動は人間形成の場であり、技術向上はもちろんのこと、協力・助け合い・礼儀・練習態度・下校時など、先輩は後輩の模範となること。
- ② 登下校の際は、買い食い等をしないこと。また、ジュースその他を校内に持ち込まないこと。(但し、休日や長期休業中のスポーツドリンクについては、顧問の指示に従う。)
- ③ 部内のしごき、暴力行為や金銭の貸し借りは、絶対にしないこと。
- ④ 部費その他、金銭を伴うことについては、指導者の指示に従うこと。
- ⑤ 休日等、部活動を休む場合は、必ず顧問に連絡を入れること。
- ⑥ 生活面などで問題行動(部員として望ましくない行動)があったときは、練習中止や出場中止などの措置をとることがある。

※ 問題行動があった場合は、担当者会(校長・教頭・部活動担当・生徒指導・該当顧問)を開き、措置を検討するとともに保護者へ連絡する。(必要があれば顧問会を開く。)

**長崎中学校部活動の一員として、自覚と誇りを持って行動し、心身共に健全な生徒になるよう努力しよう。**