

# 青森県立三本木高等学校附属中学校部活動方針

## 1 目的

- (1) 勉学、スポーツ、文化活動に「文武両道」の情熱を燃やし、人格形成の原動力となるような活動をする。
- (2) 体力や技能の向上を図り、異学年集団の中で望ましい人間関係を築く。

## 2 重点

- (1) 生徒の自主的・自発的な活動を目指し、規律ある活動にする。
- (2) 望ましい余暇の活用を身につけ、豊かな教養や興味を得ることで、個性の伸長を図る。

## 3 方針

### (1) 入部

- ① 任意加入とする。
- ② 3年間あるいは6年間継続して活動することが望ましい。(3年生の大会終了後、高校の部へ移行する。)
- ③ 入部の手続きは、年度始めは部活動組織会にて入部届を受理後、正式加入となる。また、年度途中における入部については、学級担任の面談→保護者の意思確認→入部希望部顧問の面談を経て行う。(入部届にて処理)

### (2) 転部

転部については、所属部顧問・学級担任の面談→保護者の意思確認→新所属部顧問の面談を経て行う。(転部届にて処理)

### (3) 退部

退部については、所属部顧問・学級担任の面談→保護者の意思確認を経て行う。(退部届にて処理)

## 4 活動時間

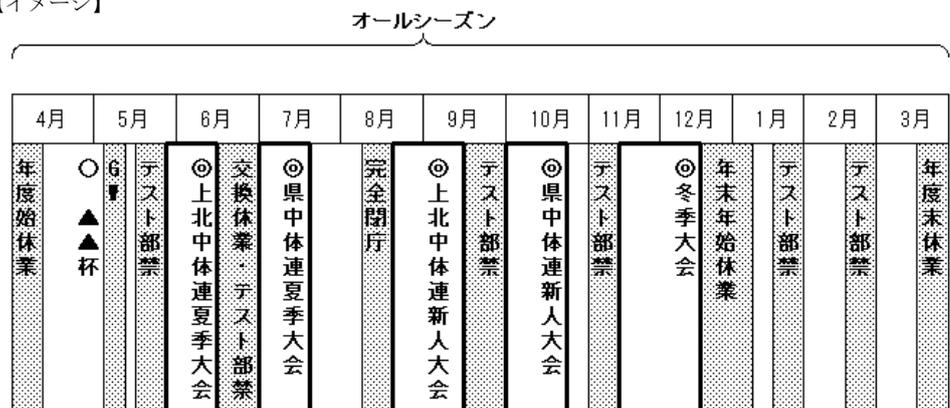
### (1) 活動時間の設定

- ① 平日の活動時間は2時間以内とする。(準備・片付け時間、延長練習日を除く)  
 <例>6校時授業日は15:45～17:45(前20分移動準備・後15分片付け)で18:00下校  
 7校時授業日は16:40～18:00(前20分移動準備・後15分片付け)で18:15下校
- ② 休日の活動時間は3時間以内とする。(準備・片付け時間を除く)

### (2) 本校におけるオンシーズンとオフシーズンの設定

- ① オンシーズン : 「通常の活動」期間と「ハイシーズン」期間がある。  
 \*ハイシーズン: 各部活動設定の「各主要大会等における大会前から大会最終日迄の30日間」  
 但し、ハイシーズンの総日数は1年間で180日までとする。
- ② オフシーズン : 5連休以上の完全部活動休養期間

【イメージ】



: オフシーズン   
  : ハイシーズン   
 ◎ : 主要大会   
 ○ : 冠大会

(3) 本校における主要大会等の基準

- ① 上北地方中体連夏季大会
- ② 上北地方中体連新人大会
- ③ 中体連主催・共催・後援の大会
- ④ 中文連主催・共催・後援の大会・コンクール
- ⑤ 県・市町村（教育委員会含む）の主催・共催・後援の大会やコンクール
- ⑥ 上記①～⑤の上位大会（県・東北・全国）

(4) 練習試合

- ① 練習試合の1日の実施時間は競技性により異なるため設定しないが、無理のない範囲とする。
- ② 練習試合の2日間以上の連続実施は以下(ア)～(ウ)の期間のみ可とするが、1週間以内に休養日を必ず1日以上設けることとする。文化部活動の1日練習(活動)も同様の扱いとする。  
 (ア)ハイシーズン (イ)三連休以上の休日 (ウ)長期休業中

(5) 延長練習

ハイシーズン期間のみ、主要大会の開催3週間前から30分延長可(片付け含めて18時30分迄)とする。

5 休養日

(1) 休養日の設定

「年間の休養日総数が104日を下回らない」ことを原則とし、以下のように休養日(部活動禁止)を設定する。

シーズンの種類		休養日の原則
オールシーズン (通年)		① 顧問不在日 ② 学期中の職員会議日(中・中高合同)・校内研修会日 ＊6・9月の中体連関係の職員会議日は除く ③ テスト前部活動禁止日 ④ 附中及び高校入学者選抜準備日・選抜日・選抜業務日 ⑤ その他、生徒指導部または顧問で休養日が必要であると判断した場合
オン シーズン	通常の活動期間	① 第1・3日曜日 ② 土・日のどちらか少なくとも1日 ③ 土・日が大会 または 日が大会のため土が練習の場合は、翌週の平日1日以上
	ハイ シーズン	① 週1日以上 ② 土・日が大会 または 日が大会のため土が練習の場合は、翌週の平日1日以上
オフシーズン		① 全部活動共通の5連休以上の完全部活動休養期間 (ア) テスト前部活動禁止期間 (イ) 夏季休業中の完全閉庁日を含むお盆期間 (ウ) 年末年始休業 ② 各部活動設定の5連休以上の完全部活動休養期間

(2) テスト前部活動禁止期間

全校一斉のテスト(前後期中間・期末テスト)の5日前から活動休止とする。  
 なお、大会がテストの当該週または翌週に大会がある場合に限り、「部活動禁止期間中活動許可願」により保護者の許可を得て、全職員に報告の上、1時間程度の活動を認める。

(3) 教育活動に係る休養日

- ① 参観日
- ② 運動会予行日、前日、開催日、予備日
- ③ 三高祭準備期間、開催日
- ④ 合唱コンクール開催日
- ⑤ スキー教室開催日

※但し、休養日に大会参加や大会・学校行事等に向けて部活動を実施するなど原則通りにならない場合は、「部活動禁止期間中活動許可願」により保護者の許可を得て、全職員に報告の上、活動を認める。

## 6 活動の約束

- (1) 生徒の荷物はすべて活動場所へ持参し、終了後教室に戻ることがないようにする。
- (2) 活動場所、部室は常に整理整頓する。
- (3) 後始末や活動場所の戸締まりを確実に行う。
- (4) 帰宅途中の事故・非行がないようにする。
- (5) 活動中のケガ等については、顧問に報告する。
- (6) 活動中に施設の破損があった場合は、必ず顧問に報告する。
- (7) 自転車を利用する場合は、安全について十分気を配り、必ずヘルメットを着用する。
- (8) 休日は学校警備の都合により、15:30には活動を終了し下校する。

## 7 部活動

### (1) 部活動と競技の規定人数

部活動	H30の1・2年部員数	競技の規定人数
① 陸上競技	20(男7 女13)	制限なし
② 野球	15(男13 女2)	9
③ サッカー	6(男6 女0)	11
④ ソフトテニス	31(男13 女18)	制限なし
⑤ 剣道	5(男1 女4)	制限なし
⑥ 男子ハンドボール	13(男13)	7
⑦ 女子バスケットボール	11(女11)	5
⑧ 自然科学	14(男10 女4)	/
⑨ 吹奏楽	21(男0 女21)	
⑩ 美術	17(男1 女16)	
⑪ 書道(募集停止)	6(男0 女6)	

\* 競技の規定人数は、上北地区中学校体育大会複数校合同チーム参加規程参照  
 \* 男女の別を明記していない部は男女ともに入部可

### (2) 募集停止及び廃部規定

- ① 運動部の団体競技(野球、サッカー、男子ハンドボール、女子バスケットボール)は、2年連続年度始めに規定人数未滿(1～3年生の全部員数)の場合、次年度から募集停止とする。また、募集停止期間は合同チームで対応し、全ての所属生徒が3年次に部活動を引退した後、廃部とする。
- ② 運動部の個人競技(陸上競技、ソフトテニス、剣道)は、2年連続年度始めに部員0人の場合、次年度から募集停止とする。また、全ての所属生徒が3年次に部活動を引退した後、廃部とする。
- ③ 上記①・②の適用開始は、平成31年度の年度始とする。