

# 令和4年度 河東中学校部活動申し合わせ

## 1. 練習時の心得

- (1) 河東中学校生徒心得を守り、自主的に活動すること。
- (2) 平日の練習は、終了時間を守ること。  
(短い練習時間を有効に利用し、能率的な練習を心がけること)
- (3) 休業日及び朝の練習は、顧問教師がついていなければ禁止とする。
- (4) 学校行事等のため、全面中止することがある。職朝等でその都度決定する。
- (5) 休業日に練習などで登校する際の服装は、制服またはジャージとする。
- (6) 河東中での練習の場合は日常の通学手段で登校すること。交通マナーを守る。  
(自転車通学生以外の自転車での登校は認めない)
- (7) 練習試合・各大会では、礼儀正しく試合マナーを守ること。
- (8) 教室・体育館を使用する部活は、室内及び廊下の戸締まり・消灯を確認すること。

## 2. 部室使用について

- (1) 部室内に不要なものを持ち込まないこと。  
(部活の道具以外は部室に置かない。)
- (2) 部室使用は、朝8時20分までと放課後のみとする。  
(時間外に部室を空ける必要がある場合は、顧問の許可を得ること。)
- (3) 鍵は職員室で保管し、部活動時間に部員が取りにくること。
- (4) 部外者の使用は禁止する。
- (5) 部室内での飲食は禁止する。
- (6) 常に部室は清潔にしておくこと。

## 3. 礼儀

日常生活での礼儀をわきまえ、最上級生が何事も率先して行い（あいさつ・清掃・正しい言葉遣い・行動等）下級生の模範となること。

## 4. 会議

部活動を正常にかつ活発にするために、顧問者会議や部長会議を随時開催する。

## 5. 活動時間（令和4年度版）

	部活終了時刻	完全下校時刻
4月	18:30	18:45
5月	18:45	19:00
6月～8月	19:00	19:15
9月	18:30	18:45
9月下旬	18:15	18:30
10月上旬（第2週）	17:45	18:00
10月中旬以降	17:30	17:45
11月～12月	17:15	17:30
1月	17:30	17:45
2月	17:45	18:00
テスト後	18:00	18:15
3月	18:15	18:30

- (1) 学期中は、週当たり二日以上の休養日を設定すること。  
（平日は少なくとも1日、土日は少なくとも1日を休養日とすること。週末に大会等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。）
- (2) 試験前1週間は、部活動を全面中止とする。  
ただし、次の場合は職員会の了承のもと、1時間程度活動することができる。
  - ①中体連主催の大会が、1ヶ月以内にある場合。
  - ②中体連主催以外の大会が、1週間以内にある場合。
- (3) 下校時間後にいつまでも残っている部活がある場合は、部長に注意し、それでも遅い場合は、部活動を停止させることもある。

## 6. 本年度もコロナ対策を徹底的に行う。

- 密を避ける、マスク着用、手洗い、消毒など十分に気をつけて活動すること。
- 免疫力を高めるために十分な睡眠、バランスの取れた食事を心がけること。
- 水筒や汗を拭くタオル等は共有しないように各自で用意すること。

## 7. 部活動で心がけてほしいこと。

- 「学校生活の中で、部活動も大切にしたい」という思いから、勤務時間外の時間ですが、先生方は毎日遅くまで指導しています。しかし、顧問教師は部活動の専門家ではありません。顧問が十分技術指導のできない部活動もあるかと思いますが、自分の意志で入部した部活動です。技術面の向上も大切ですが、それ以上に成長期としての健康のバランスや精神面での成長も大切となります。広い視野をもって、自主的に毎日の練習に参加しましょう。