

諫早市立森山中学校運動部に関わる運営規定（令和7年度）

1 通常練習

（1）平日の練習

- ① 活動時間は、長くとも2時間程度とし、完全下校時刻を厳守すること。

（2）土・日（いずれか1日）・祝日の練習

- ① 活動時間は、3時間程度とすること。
- ② 指導者や保護者が主体となって行うこと。
- ③ 大会前日に当たる場合は、練習を行ってもよい。ただし翌月曜日を休養日とするなど休養日を他の日に振り替え、適切に休養日を設定すること。また、週当たりの活動時間が16時間を超えないこと。（「長崎県部活動の在り方に関するガイドライン」による）
- ④ 3連休の場合は、必ず1日以上休養日を設定すること。

（3）夏季休業日

- ① 活動時間は、3時間程度とすること。ただし、熱中症等の危険性が考えられる気象状況下では、練習内容・練習時間及び中止を適切に判断すること。
- ② 指導者、顧問、保護者のいずれかの管理下で活動すること。
- ③ 原則、学校閉庁日を含む学校閉庁期間は部活動を休止とすること。

（4）冬季休業日、春季休業日

- ① 活動時間は、3時間程度とすること。
- ② 指導者、顧問、保護者のいずれかの管理下で活動すること。
- ③ 帰宅時の危機管理に鑑み、日没を考慮して終了時刻を設定すること。

2 休養日について

- （1）週当たり2日以上休養日を設けること。その場合、平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上とする。
- （2）毎月の第3日曜日（家庭の日）及び長期休業日の学校閉庁期間は、部活動及び大会、発表会を実施しない日（ノー部活動デー・ノー大会デー）と位置付ける。また、公式大会（全国大会等）及び中文連が主催する大会を除き、大会には出場しない。
- （3）長期休業日中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行う。

3 練習試合について（文化部の合同会もこれに準ずる）

- （1）自校会場、及び他会場での実施も含め、土・日のいずれか1日に限定して計画・実施すること。ただし、土・日・祝日等により3連休となる場合は、2日間練習試合を行ってもよい。ただし、原則として連休最終日を休養日とすること。
- （2）活動時間は、3時間程度とする。
ただし、移動、アップ・ダウン、昼食、準備・片付け、他チームの観戦、他校活動の参観や鑑賞の時間を除く。
- （3）次に示す、土・日・祝日、長期休業中の練習試合における基本3事項を遵守すること。

- ① 事前に練習試合計画書を提出し、校長の許可を得ること。
- ② 保護者に対して十分な説明を行い、理解と了承を得ること。
- ③ 練習試合の活動時間は、原則として実際にかかる試合時間が3時間程度に収まるように計画すること。

4 各種大会への参加（中体連・中文連が主催・共催しない大会）

- （1）事前に大会要項を提出し、校長の許可を得ること。
- （2）各種大会、地域行事等へ参加する場合は、土・日の2日間ともに終日参加することができるが、2日間ともに参加した場合は、次の日を完全休養日とすること。
- （3）各種大会、地域行事等への参加は、中体連・中文連が主催・共催する大会を除き、年間7回程度を上限とすること。（文化部においては、参加が連続週に渡ることがないように精査する）

5 その他

- （1）学校部活動（拠点校部活動を含む）と地域クラブ活動が連携して活動した場合も、活動時間は上記「1の（2）の③」を遵守する。逸脱した場合、中総体参加の可否を検討することもある。
- （2）指導者の暴力等への対応は、「運動部活動顧問等の部活動指導中における暴力・体罰・セクハラ等に対する長崎県中学校体育連盟の対応」に基づく。