

# 令和5年度 諫早市立中学校 運動部活動に係わる運営規程

※赤文字部分は令和4年度からの追加事項

諫早市教育委員会  
諫早市校長会  
諫早市中体連

## 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）は、部活動及び大会を実施しない日（ノー部活動デー・ノー大会デー）と位置付ける。公式大会（全国大会等）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

(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) 各種大会への参加は、中体連が主催・共催する大会を除き、年間7回程度を上限とすること。

## 5 その他

(1) 学校部活動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。