



部活動後援会 活動心得

札幌市立西野中学校 部活動後援会

西野中学校部活動後援会会則の第1章に、

「本会は、札幌市立西野中学校生徒の体育・文化活動の向上を目指し、心身を鍛え、情操を高め、たくましい健全な中学生の育成をはかることを目的とする。」

とあります。

皆さんは、部活動に入るにあたって、いろいろな希望・夢を持ったことと思います。ぜひその夢を実現させるよう、精一杯の努力をしてください。

ただし、部活動は一人で行うものではなく、多くの人たちと共に行うわけですから、お互いが活動しやすくするためにきまり（ルール）を決めています。

以下のルールや心得をよく理解し、活動に励んでください。

☆ ルール ☆

1. 活動時間について

- ①平日の活動は、原則として活動を開始してから2時間までとし、午後6時30分には校門を出ていること。
- ②土曜、日曜、祝日、長期休業中の活動時間は、午前8時30分から午後4時00分までを原則とします。
- ③完全下校の日は、再登校をして活動する。（集合時刻は午後4時40分、午後4時45分から校内に入れます。）
- ④朝練習の時間は、午前8時15分までとし、制服に着替えて朝学活に出る。朝学活に遅れないように注意すること。

2. 活動中止の場合について

- ①指導者が不在の時。
- ②定期テスト5日前（4教科定期テストの場合3日前）から、終了前日までの間。
- ③学校行事の関係（そのつど連絡します）。
- ④その他、それぞれの部の事情で活動できない時。

3. 活動時の服装などについて

- ①服装は、標準服、学校指定のジャージ、試合用のユニフォーム、チームで揃えたジャージやトレーナーなどとする。（朝練習や土日、祝日、長期休業期間の、部活動を目的とした登下校時に着用してもよい。）
- ②標準服、学校指定のジャージ以外の服装については、部ごとに服装の規定を設ける。（標準服、学校指定のジャージの場合は、学校の規定に従う。）
- ③土日や祝日、長期休業中であっても、私服で登校することのないようにくれぐれも注意すること。

4. その他

- ①部活での飲み物は、水・お茶・スポーツドリンク（基本、水筒に入れること）とすること。ただし、「缶類」は禁止です。詳しくは、各部の顧問の指示に従ってください。（飲み物は、平日に再登校したとき、休日のみ可としています。）
- ②自転車での登下校は、禁止です。
- ③活動をする時は、必ず自分のバックなどの荷物を活動場所に持っていくこと。
- ④外靴は、土日・祝日、長期休業中も含め、各部ごとに玄関にきれいに並べること。また、自己管理をしっかりと行うこと。
- ⑤外部活の生徒がトイレ使用の際に使うスリッパは、部活専用のもの（1Fトイレにあります）を使い、片づけは各自責任をもって行うこと。（スリッパの向きをそろえること）
- ⑥登下校の際（大会、練習試合も含む）、絶対に買い食いをしないこと。
また、大会や練習試合の行き帰りを含めて携帯電話など不要物を所持しないこと。
- ⑦着替えは、原則として更衣室ですること。ただし、指導者から指示があった場合はその指示に従うこと。
- ⑧部活に関する連絡を目的に、他学年の階に行かないようにすること。（部ごとに連絡方法を確認すること）
- ⑨3年生の転部は、原則として認めない。（特別な事情がある場合には、指導者会で検討する。）
- ⑩廊下でのトレーニングは、指導者が安全を確保できると判断した場合のみ行うことができる。
- ⑪道具類の運搬の際は床や壁等を傷つけないよう、十分に気をつけること。特に金属製のものには布等をあてるなど破損を防ぐよう努めること。

☆ 活動する上での心構え ☆

1. 学校の施設、設備を借りて活動しています。後始末や清掃をしっかりと「大切に」「きれいにする」「感謝する」気持ちをもって活動しましょう。
2. 挨拶がしっかりとできるようにしましょう。
3. 部長を中心に、部内の雰囲気をしっかりとつくりましょう。
4. 部全体が、集団で活動しているという意識をしっかりと持ちましょう。
5. 指導者の先生とよく話し合い、お互い理解しあえるようにしましょう。
6. 指導者にすべてを頼るのではなく、自分たちの力で目標に向かえるよう努力しましょう。
7. 一度入った部は、最後までやり通す、という気持ちをしっかりと持ちましょう。
8. 自分が好きなことができることについて、親や指導者に対する感謝の気持ちを活動を通して表しましょう。
9. 先輩たちは過去に、全国・全道大会やコンクールで数多くの成果をあげてきました。この良き伝統を受け継ぎ、新たな伝統を築く努力をしましょう。