

令和8年度 松山市立内宮中学校の部活動の方針

松山市立内宮中学校

1 活動目標

- (1) 学校教育の一環として、強健な身体とたくましい精神力を養う。
- (2) 保護者や学校、地域に対する感謝の気持ちをもって活動する態度を養う。
- (3) 文武両道を目指し、学習と部活動の両立を図る。
- (4) 集団の活動を通して、礼儀を重んじ、規則を守ろうとする社会性を養う。
- (5) 健康安全に留意して活動する態度を養う。

2 活動について

- (1) 部活動の練習や運営については、基本方針を踏まえた上で、顧問教員の自主性を尊重する。
- (2) 学校教育の一環であるという部活動の意義・目的を理解し、健全な部活動の運営ができるように注意する。
- (3) 活動は計画を立て、短時間で能率よく行う。
- (4) 顧問がついて指導することを原則とするが、やむを得ずつけない場合は副顧問等に依頼し、事故やけがが起こった場合は、連絡がとれるようにしておく。
- (5) 活動場所や用具の安全を確かめ、使用前後の清掃・整備を行う。
- (6) 活動場所の使用については、時間の割り振りなど、顧問が相談し決定する。
- (7) 生徒の参加状況については、出席簿を作成するなど各部で工夫し、顧問が把握しておく。

3 設置する部活動及び休養日（各部の休養日は原則的なもので行事等によって変更されることがあります）

< 運動部 >

部活動名	休養日	各大会等の予定 市総体：6/15(月)～、市新人大会：10/13(火)～
男子バスケットボール部	木・土	U-15 夏季リーグ(5月)、強化大会(8月)、U-15 ジュニア大会(9月～11月)、県選抜大会(12月)、U-15 冬季リーグ(1、2月)、春季大会(3月)
女子バスケットボール部	水・日	U-15 春季リーグ(5月)、U-15 夏季リーグ(8月)、県選抜大会(12月)、U-15 冬季リーグ(1、2月)、春季大会(3月)
サッカー部	月・土	高円宮杯U-15 サッカーリーグ愛媛プレミアリーグU-15(年間)、愛媛県ジュニアユースサッカー選手権大会(7～10月→四国11月→全国12月)、松山市中学生サッカー大会(8月)
軟式野球部	水・日	愛媛県中学軟式野球選手権大会(7、8月)、冬季トーナメント(11、12月)、全日本少年軟式野球大会(2、3月→四国5月→全国8月)
男子バレーボール部	水・日	愛媛県中学生バレーボール選手権大会(5月) 愛媛県中学生バレーボール新人大会(1月)
女子バレーボール部	木・日	愛媛県中学生バレーボール選手権大会(5月)、ゆとりカップ(12月)、愛媛県中学生バレーボール新人大会、新春愛媛強化大会(1月)
男子ソフトテニス部	水・日	春季大会個人・団体(5月)、学年別大会(8月)、ライオンズカップ(8月)、秋季大会団体(9月)、学校対抗(10月)、秋季大会個人(11月)、市長旗杯(3月)
女子ソフトテニス部	水・日	春季大会個人・団体(5月)、学年別大会(8月)、ライオンズカップ(8月)、秋季大会団体(9月)、学校対抗(10月)、秋季大会個人(11月)、市長旗杯(3月)
男子卓球部	月・土	市長杯(7月)、松山卓球選手権(7月)、全日本選手権(8月)、強化大会(9～12月)、南愛媛大会(1月)松山オープン(1月)、団体対抗(1月)その他
女子卓球部	木・日	市長杯(7月)、松山卓球選手権大会(7月)、全日本選手権(8月)、強化大会(9～12月)、松山地区中学卓球対抗戦(1月)
剣道部	水・日	愛媛県中学校錬成大会(12月)

< 文化 部 >

部 活 動 名	休養日	大会・コンクール・行事の予定
吹 奏 楽 部	水・日	吹奏楽コンクール(8月→四国8月→全国10月)、定期演奏会(9月)、文化祭(11月)、連合音楽会(11月)、堀江地区文化祭(11月)、アンサンブルコンテスト(12月)、成人式(1月)、スプリングコンサート、ジョイントコンサート(3月)
美 術 部	土・日	校内文化祭展示(11月)、堀江公民館イベントスタッフ(12月) 美術館鑑賞・ミウラートワークショップ(不定期)
手 芸 部	水・土・日	校内文化祭展示(11月)
放 送 部	水・土・日	NHK杯全国中学校放送コンテスト愛媛大会(7月→全国8月)
園 芸 部	水・土・日	特になし

<休養日の考え方>

成長期における生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスの取れた生活を送ることができるよう、以下の基準を原則に休養日を設定する。

- (1) 学期中は、部活動ごとに週当たり2日以上休養日を設ける。そのうち、平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日(以下、「週末」という。)は少なくとも1日以上を休養日とする。ただし、週末に練習試合や大会参加等で休養日に活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。
- (2) 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準ずる。また、生徒がじゅうぶんな休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。

<部活動を停止する日>

- ・定時退勤日(原則毎月第2水曜日)
- ・職員会議・各種委員会・生徒協議会の行われる日
- ・夏季休業中の学校閉庁日(8月11日～17日)
- ・年末年始(12月29日～1月3日)
- ・試験期間(テスト1日目の1週間前からテスト終了前日まで)

4 活動時間

平日は2時間程度、休日は3時間程度とし、短時間で合理的かつ効率的・効果的な活動を行うものとする。
毎月の活動計画等は、部活動顧問から配付する。

<平 日>(20分前にチャイムあり) ※事情により変更する場合がある。

時 期	完全下校時刻	時 期	完全下校時刻
4月～7月	18:30	11月	17:10
8月	16:30	12月	17:00
9月	18:10	1月	17:20
10月(前半)	17:40	2月	17:40
10月(後半)	17:20	3月	18:00

<休 日>※休日は17:00、ただし長期休業中は16:30を完全下校時刻とする。

活動時間(原則)	開 始 ～ 終 了
午 前	8:30 ～ 11:30
午 後	13:00 ～ 16:00

※休日の活動時間は、生徒の体調等考慮し、変更しても構わない。