

令和7年度 阿佐ヶ谷中学校 部活動計画書



4月3日（木）職員会議資料

令和7年度 部活動関係の日程について

	行 事	教 員	生徒関係
4/3(木)	☆活動内容・活動日・活動場所確認		/
4/7(月)	始業式 ☆式後、顧問を部長に伝達		式練習終了後、各部活動の部長（キャプテン）はアリーナに残留。 今年度の部活動開設について説明を聞く。→各顧問にお願いに行く。 生徒会オリエンテーションのリハーサルの連絡。 勧誘ポスター1枚作成し、4階OSに掲示。 4階での勧誘はしない。仮入部期間は、4/12（金）～4/30（火）
4/8(火)	入学式		
4/9(水)	☆オリエンテーションリハ（再登校）		14:50～生徒会オリエンテーションリハーサル 生徒会・部長・発表者全員必要な物を用意する
4/10(木)	☆生徒会オリエンテーション①レクリエーション部 ②陸上競技部 ③美術部 ④園芸部 ⑤硬式テニス部 ⑥プラモデル木工部 ⑦水泳部 ⑧女子バドミントン部 ⑨バスケットボール部 ⑩吹奏楽部		
4/11(金) ～	☆1年生体験入部期間開始 4/25(金) まで		1年生は、体験入部カードを毎朝担任へ →担任は各部の袋へ提出 →顧問は内容を確認し生徒へ返却。
4/14(月)			2・3年生入部申込締め切り
4/25(金)	☆1年生体験入部期間終了		
4/30(水)			1年生入部申込締め切り
5/10(金)	☆顧問は、部員名簿提出⇒（ ）		
	※部活動保護者会は各部で設定 *各顧問は、部費やユニフォームなどの必要な資料があれば用意する。		

令和7年度 部活動規約 (教員用)

- 1、入部できる部の数は、一人一部とする。複数の部に同時に在籍することは原則的に認めない。(活動日が被らない場合、担任・顧問と相談の上、認める場合がある)
- 2、活動日には、責任ある部員が顧問の了解を得て3時間目開始までに『部活動届および連絡票』を提出する。
- 3、更衣は、原則として男女とも更衣室を使用する。自分の持ち物は、バッグに入れて活動場所に持って行く。(教室等に置いていかない)
- 4、部活動開始後は、顧問の許可なしに活動場所を離れない。
- 5、部活動に参加できない場合は、必ず顧問に連絡をする。
- 6、部活動終了後は、校舎内の立ち入りは出来ない。
- 7、活動後は使用した部が清掃、片付け、戸締まりをする。
- 8、活動開始時間及び終了時間を下記のように設定する。

	5時間授業日	6時間授業日	職員会議等	土、日、休日等
開始時間	学活清掃終了後	学活清掃終了後	16:00	原則8:00以降
終了時間 最終下校 時間	活動開始から2 時間	通年 18:00 (正門を出る時間) ※活動自体の終了時刻は部によって異なる。		

*1 原則、**学校で待機すること**。(外部指導員がつける場合は、15:00~可)

*2 休祭日・長期休業日の活動について

- ①校庭・体育館の使用部で調整する。(校舎使用願を提出する。)
- ②練習試合・公式試合は、別紙、届け出を提出する。

- 9、活動終了時は昇降口解散か顧問が、部員たちが学校を出るところまで確認する。
- 10、部活動の休養日・時間設定について
 - ①部活動の休養日については、原則として、学期中は週当たり2日以上設定すること。内、平日に1日以上設定すること。1日の活動時間は、長くとも平日2時間程度、休日は3時間程度を基準とすること。
 - ②文化的活動においても、運動部活動と同様に休養日を設定すること。
 - ③公式戦や、発表会などでやむを得ない場合は保護者会やお知らせ等で顧問が保護者への了承をとれるように事前に知らせておくこと。

11、活動における約束ごと

- ①休祭日・長期休業日の練習(練習試合)、公式試合における飲食物の扱い
 - ◇弁当 ……活動時間が全日及び半日でも昼の時間にかかる場合は可とする。
 - ◇飲み物……水筒、水筒に類するもの(スポーツドリンク用水筒)に入れた水・お茶類・スポーツドリンクに限り可とする。

※他校・本校に絶対に迷惑をかけないためにも、ゴミ類は全て持ち帰る。
- ②活動の服装は、原則として体育着(ユニホーム、部に適した活動着可)を着用する。
- ③朝練習については次の通りとする。

◇活動日や活動場所は、朝練習を希望する顧問間で調整する。

◇活動時間は7：30～8：05までとする。

◇練習が終了するまで、教室に入ることは禁止する。また、練習後、帰宅することも禁止する。

④定期考査の場合

◇試験一週間前及び試験中（試験最終日を除く）、全ての活動を中止する。

◎特例として、公式大会や発表会が試験の前後一週間以内にある部については放課後練習に限り、1時間程度の練習を認める。この時の参加生徒は、直接試合や発表にかかわる生徒（運動…登録選手）とする。

⑤公式試合・練習試合の参加及び再登校での禁止事項

◆いかなる場合でも、自転車の使用は不可。

◆買い食いや歩行時の飲食の禁止。

◆私服での参加

◆学校生活の決まりやマナー違反。

※上記違反のある場合は公式試合の出場停止や部活練習停止、廃部などの厳しい処分が含まれる大会規定もある。

⑥部活動が生徒会や委員会、学級活動と重なった場合は、生徒会や学級活動の仕事を優先し、終了後活動する。

⑦大会参加については、修学旅行、移動教室、体育大会等と重なる場合は、原則として学校の行事が優先となる。

⑧本入部後、身体的理由や不適性等の理由で活動が続けられない場合は、
転部…（前顧問、新顧問、学級担任、部活担当、保護者との合議に基づき）
退部…（所属顧問、学級担任、部活担当、保護者の合議に基づき）を認める。

⑨在校生以外（特に卒業生）の参加について、下記の規則に従い活動してもらう。

◇事前に学校に連絡してもらう。

◇部活動に適した服装で参加する。（顧問の先生の指示に従う）

◇来校者名簿に必ず記入してもらう。

◇顧問が不在の時は、参加はできない。

◇部活動規約を含め、活動は本校生徒と同じとする。

◆外部指導員（20才以上が望ましい。高校生は不可）については別紙

⑩本校会場における、公式試合・練習試合の来校者について

◇顧問は、事前に管理職・警備主事さんに連絡し、所定の手続きをとる。

◇来校者は校舎内の立ち入りを遠慮してもらい、直接活動場所に行く。

⑪部活動で使用する運動靴は、その活動に適したものであれば、色・形等の規制はしない。

⑫部で統一した活動着（トレーナー等）の着用は認める。

朝練習への登校時、部活終了時の部活着での登下校を認める。

1校時が保健体育の授業の場合は体育着も可。

※登下校の服装はなるべく阿佐中生とわかるものが望ましい。

⑬大会で入賞した賞状の掲示は、次のように取り扱う。

◇都大会及び都大会に準ずる大会の上位入賞の賞状は、基本的に残す。

◇その他の賞状は授与後、3年間は最低残す。

◇賞状の掲示スペースがなくなった場合は、年数のたったものから順に外す。

◇賞状の掲示や取り外し、保管は原則として生活指導部が行う。

⑭教員がもつ部活動は、原則的に一部活が望ましい。但し、強い希望がある場合や教員数の関係でやむを得ない場合は二つの部活動の顧問を認める。強い希望で受け持つ場合は、どちらの部活動においても活動時間帯は必ず活動場所につき、どちらの部も責任をもって運営できることを条件とする。

⑮部長会（キャプテン）を次の要領で組織する。

(1)目的：部長のリーダーシップを育成し、自主的な活動ができるようにする。

：部長を中心として、規律ある活発な活動ができるようにする。

(2)組織：部活動担当と各部の部長で組織する。

：各部の部長から、部長会の会長と副会長を選出する。

(3)会議内容：規約の内容の指導の徹底を図る。

：活動状況の確認、問題点の解決策等。

⑯入部届について

入部届は担任に提出し、担任控えを切り取り保管し、承諾書と顧問控えを所定の封筒に入れる。(仮入部カードも同様に扱う)また部活動顧問は封筒から申込書を抜きとり、承諾書にサインをし、保護者に返却をする。

12、その他

部活動は、放課後の居場所として設置している目的もあるので、あさかぜ教室利用者・不登校生徒なども利用可能としている。

令和7年度 部活動について

今年度も阿佐ヶ谷中学校での部活動が開始されます。ですが、まずは阿佐ヶ谷中学校での普通の学校生活をしっかりと身に付けることが大切です。学習、運動（体育）、行事、委員会、学級の係活動等を一生懸命に行い、更に、自分の興味や関心を高め、学級や学年を超えて、**自分の意志で自主的に責任をもって活動するのが部活動です**。楽しいことばかりではありません。辛いこと、悔しいこと、悲しいこと、いろいろなことがあります。それに負けない強い気持ちを鍛えていけるのも部活動の良さです。

必ず入部しなければならないと誤解されてないでしょうか。部活動は**自分で決めたことを3年間続けられるようにしましょう**。また部活を通して、個性を発揮し、特技や技能を研ぎ、他の人との交流を深め、協力すること、協調することの意義やチームワークの大切さを、是非、身に付けてくださ

部活動入部は、強制ではありません。あくまでも入部は、自分自身の意志です。幼い頃から続けている習いごとや、地域での活動、趣味等、自分で継続して取り組んできたことは大変素晴らしいことです。社会において、粘り強く、やり通すことのできる力を求められているのは言うまでもありません。多くの入部を期待しています。

1. 目的
- ・ 課外の時間を有効に活用しよう。
 - ・ 部活動を通して、心身の健全な発達をはかろう。

2. 活動のきまり

- (1) 顧問の指導のもとに活動する。各部の責任ある部員は、顧問の了解を得て4時間目開始までに「部活動届 および 連絡票」を提出し、部活黒板に活動時間・内容を記入する。
- (2) 入部できるのは、一人1部とし、複数の部に同時に入部することは原則できない。
- (3) 活動時間

	5時間授業日	6時間授業日	職員会議等	土、日、休日等
開始時間	学活清掃終了後	学活清掃終了後	16:00	原則8:00以降
終了時間 最終下校 時間	活動開始から2 時間	通年 18:00（正門を出る時間） ※活動自体の終了時刻は部によって異なる。		

（外部指導員がつける場合は、15:00～可）

- (3) 下校について
活動時間終了後は速やかに片付け、更衣を行ない昇降口に集合し顧問の先生の指示で下校、まっすぐに家に帰る。

*** 完全下校 18時00分**

- (4) 活動における約束ごと

- ①更衣は、原則として男女とも更衣室
自分の衣服等はバックに入れて、各自が責任をもって管理する。
- ②部活動に参加できない生徒は、必ず顧問に連絡する。

- ③活動場所は、使用部が責任をもち、清掃・片付け、戸締まりをする。
- ④部活動終了後は、校舎内の立ち入りを禁止する。
- ⑤休祭日・長期休業中の練習（練習試合）、公式試合の飲食について
 - ◇弁当…活動時間が全日及び半日でも昼の時間にかかる場合は可とする。
 - ◇飲み物…スポーツドリンク・水などに限り可とする。
 - ☆水筒に入れるか、それに類するものに限る。ペットボトルのままでの持ち込みは禁止する。ビン、缶も禁止である。
- ◎公式試合は、その大会規定に準ずる。

※ゴミはすべて持ち帰る

- ⑥活動の服装は、原則として標準服・体育着（ユニホーム、部で認められた活動着可）を着用する。
- ⑦朝練習は7：30～8：05までとする。登校時間は7時25分より早く来ないこと。
 - ・登校時（再登校）の服装は標準服か阿佐ヶ谷中指定のジャージ、部活着などとする。
 - ・朝練習終了後は標準服に着替える。1校時が保健体育の授業の場合は体育着も可。
 - ・鍵や用具は顧問の先生から借り、きちんと返す。
- ⑧定期考査の場合
 - ・試験一週間前から、全ての活動を中止する。ただ公式試合や発表会が試験にかかる場合に限り、1時間程度の活動を認めることがある。この時の参加生徒は、運動関係では、登録選手や発表に関わる生徒とする。
- ⑨公式試合・練習試合の参加及び再登校での禁止事項

<ul style="list-style-type: none"> ▼いかなる場合でも自転車の使用を禁止する。 ▼買い食いや歩行時の飲食 ▼私服での参加 ▼学校生活の決まりやマナー違反 		<p>左記違反ある場合は、公式試合の出場停止や活動停止、廃部などの厳しい処置もある。</p>
---	--	--
- ⑩生徒会や学級活動（清掃、係）と部活動時間が重なっている場合は、生徒会、学級の活動が最優先である。
 - ⑪部活動で使用する靴は、活動に適していれば、色、形に規制はない。
 - ⑫部で統一した活動着（トレーナー等）の着用は認める。再登校、下校は原則標準服・ジャージを着用する。各部活動で認められている服装で下校してもよい。
 - ⑬冬期の活動では、ウインドブレーカーが必要な部は、生活指導部の承認を得て、統一したものを着用できる。

3. 費用について

活動に必要な費用（大会参加費・ユニフォーム・交通費・材料費など）は保護者の会計担当と確認の上、集めることがある。

4. 入部・退部・兼部の手続き

- (1) 1年生は、「入部申込書」を4月30日（水）までに担任に提出する。
 ※継続の2, 3年生も提出する。（4月14日（月）締め切り）
- (2) 入部後は、できる限り3年間同じ部活動を継続する。ただし、特別の事情がある場合には、保護者の申し出により顧問、担任の了解のもと、仮入部期間を経て転部することができる。
- (3) 原則として兼部は、認めない。

令和7年度 部活動案内

【運動部】

	部活動	活動内容	年間にかかる費用
1	硬式テニス (男子・女子)	中学校でテニスを始めた人がほとんどです。一生懸命取り組めば、テニスの技術も上がります。	硬式ラケット、テニスウェア(上下)、テニスシューズ
2	バスケットボール (男子・女子)	『都大会出場』を目標に技術の向上を目指して、仲良く楽しく活動しています。	バスケットシューズ・ユニフォーム・チームTシャツの購入 部費(500円)・交通費など
3	女子バドミントン	区の上位やブロック大会の出場を目指しています。ほぼ全員、バドミントン初心者でした。みんなで明るく元気に仲良くやっています。	ユニフォーム、ウィンドブレーカの購入。 ラケット、シューズの用意(各自)。 登録費、大会参加費、交通費等。 (シャトルの消耗度合いにより、シャトル代回収の可能性あり)
4	水泳 (男子・女子)	区大会優勝を目指して練習しています。50m以上泳げる選手を目指し年1、2回の大会に出場できる者。	大会用水着(各自で用意) その他、Tシャツ、大会参加費用、交通費等がかかることがあります。
5	陸上競技 (男子・女子)	足が速くなりたい人、体力をつけたい人は入部をしてください。「走る」・「投げる」・「跳ぶ」、自分に合った種目を一緒に見つけ、運動能力を向上させましょう。初心者大歓迎です。	部費年間2500円 (登録費1500+活動費1000円) その他、Tシャツ、ユニフォーム、ウィンドブレーカー、大会参加費等、必要に応じて集めます。

【文化部】

①	吹奏楽	「音楽は心、楽しく、仲良く、時に厳しく」をモットーに活動しています。初心者も大歓迎です。やる気があり、粘り強く頑張れる人を募集しています。地域の行事やコンクールなどに参加し、楽しく演奏しています♪	平日は17時30分まで活動 部費徴収あり 保護者会が集めます。 その他楽器に使用する小物類は各自で用意します。
②	美術	「作品制作に真剣に取り組み、感動する作品を仕上げるように努力する人」「活動のルールを守り、活動日に参加できる人」を募集します。個人制作として、陶芸作品・盆踊りポスター・各自題材設定としての作品。美術部全体での制作として、ジャズアート作品(ジャズストリート出品)などがあります。	部費は集めていません。実費(作品によって異なる)はかかります。
③	プラモデル木工	自分が作りたい物を作り上げたときの達成感は最高です。	部費は集めていません。 材料は各自持参します。
④	レクリエーション	朝マラソンを中心に体力づくりをします。 雨天時は、筋力トレーニングを行い、G組の仲間と共に様々な活動をします。	
⑤	園芸	プランターで花や野菜を栽培したり、お話ししたり、楽しく活動しています。	

令和7年度 部活活動日

【運動部】 ○は全面 △は半面 (△)は隔週 OSはオープンスペース 中は玄関・教室等 ☆は不定期

	部活名	顧問名	場所	活動日						
				月	火	水	木	金	土	日
1	硬式テニス	本田・小嶋	校庭	○				○	○	☆
2	男女バスケット ボール	村越・鍋倉 嶋本	アリーナ OS		○	(○)	(○)	○	○	☆
3	女子 バドミントン	青木・松本 若月	アリーナ OS	○			○	2階 OS	☆	☆
4	水泳	菅野・関岡 今西・秋元	プール OS		6階 ○		2階 ○			
5	陸上競技	小林・新村 山崎	校庭等		○	(○)	○	(○)	○	☆

※雨天時は各部活動でOSを調整して使うことがあります。

【文化部】

	部活名	顧問名	場所	活動日						
				月	火	水	木	金	土	日
1	吹奏楽	森合・黒河 佐藤・宮本・ 副校長	音楽室	○	○		○	☆	○	
2	美術	大越 (美術科講師)	美術室		○		○			
3	プラモデル木工	東儀	技術室				○			
4	レクリエーション	金子・新村 林・嶋本・ 秋元・原澤	校庭		朝練	朝練	朝練			
5	園芸	榎本・(石井)	昇降口	○						

活動時間

	5時間授業日	6時間授業日	職員会議等	土、日、休日等
開始時間	学活清掃終了後	学活清掃終了後	16:00	原則8:00以降
終了時間 最終下校 時間	活動開始から2 時間	通年 18:00 (正門を出る時間) ※活動自体の終了時刻は部によって異なる。		

令和7年度 仮入部カード

令和7年度の仮入部期間中に下記の欄に記入した部活に仮入部させてください。

1 年 組 番 氏名

保護者氏名

月日曜	体験する 部活名	保護者サイン	場所	アリーナなど		校庭など		6階	音楽室	校庭	美術室	昇降口	木工室
			顧問 サイン	孝六 ドクトン	バスケット ボール	硬式 テニス	陸上 競技	水泳	吹奏 楽	レクリ エーション	美術	園芸	プラ モデル 木工
4/11(金)					0	0							
4/15(火)					0		0	0	0	朝	0		
4/17(木)				0			0	0	0	朝	0		0
4/18(金)				0	0	0	0						
4/21(月)				0		0			0			0	
4/22(火)					0		0	0	0	朝	0		
4/24(木)				0			0	0	0	朝			0
4/25(金)				0	0	0	0				0		

- (1)保護者に部活動に参加することを告げ、必ず「保護者サイン」をもらってくる。
- (2)2週間の仮入部期間は、2つから3つに参加する部活動をしぼって仮入部する。
- (3)1日に1部活のみ参加できる。
- (4)仮入部への参加は下記のようなになる。
時間：原則16:00～17:00 準備：運動ができる服装をしてくる。
- (5)部活動のきまりに従って活動する。
- (6)入部する部活動が決まっても、26日以降にしか1年生は本入部できない。

☆保護者の方へ 正式に入部後、部活によっては、ユニフォームや練習着の購入、遠征費等をお願いするものもあります。ご質問がありましたら、各顧問（裏面参照）にお尋ねください。

令和7年度 部活活動日

【運動部】 ○は全面 △は半面 (△)は隔週 OSはオープンスペース 中は玄関・教室等 ☆は不定期

	部活名	顧問名	場所	活動日						
				月	火	水	木	金	土	日
1	硬式テニス	本田・小嶋	校庭	○				○	○	☆
2	男女バスケット ボール	村越・鍋倉 嶋本	アリーナ OS		○	(○)	(○)	○	○	☆
3	女子 バドミントン	青木・松本 若月	アリーナ OS	○			○	2階 OS	☆	☆
4	水泳	菅野・関岡 今西・秋元	プール OS		6階 ○		2階 ○			
5	陸上競技	小林・新村 山崎	校庭等		○	(○)	○	(○)	○	☆

※雨天時は各部活動でOSを調整して使う事があります。

【文化部】

	部活名	顧問名	場所	活動日						
				月	火	水	木	金	土	日
1	吹奏楽	森合・黒河 佐藤・宮本・ 副校長	音楽室	○	○		○	☆	○	
2	美術	大越 (美術科講師)	美術室		○		○			
3	プラモデル木工	東儀	技術室				○			
4	レクリエーション	金子・新村 林・嶋本・ 秋元・原澤	校庭		朝練	朝練	朝練			
5	園芸	榎本・(石井)	昇降口	○						

活動時間

	5時間授業日	6時間授業日	職員会議等	土、日、休日等
開始時間	学活清掃終了後	学活清掃終了後	16:00	原則8:00以降
終了時間 最終下校 時間	活動開始から2 時間	通年 18:00 (正門を出る時間) ※活動自体の終了時刻は部によって異なる。		

令和7年度 部活動 本入部申込書の提出及び記入について

1、提出期限

- 【1年生】 4月11日（金）から4月25日（金）までの仮入部期間に各部活動に参加して、よく考え、保護者の了解を得てから担任の先生まで提出してください。

☆保護者の方へ

正式に入部後、部活によっては、ユニフォームや練習着の購入、遠征費等をお願いするものもあります。費用等についてご質問がありましたら、各顧問にお尋ねください。

提出日 4月30日（水）まで

- 【2、3年生】
- ・仮入部はありません。
 - ・昨年と同じ部への入部に関しても、入部届を提出する手続きを取ってください。
 - ・昨年と異なる部活動への入部は、前顧問の先生や担任と相談して、手続きを取ってください。

提出日 4月14日（月）まで

2、記入の方法

- (1)入部申込書は『部活動顧問控え』、『保護者への通知』、『担任控え』の3箇所に分かれています。3箇所すべてを記入し、切り離さず担任に提出してください。
- (2)『部活動顧問控え』の住所、電話番号は部員名簿を作成するときの資料となりますので、正確に記入してください。
- (3)入部に関わる内容は、必ず保護者の方がご確認いただき、『部活動顧問控え』の保護者氏名欄は自筆をお願いします。

【部活動顧問控え】

入部申込書

杉並区立阿佐ヶ谷中学校 宛

_____部 への入部を希望します。

年 組 番 生徒氏名 _____

保護者氏名（自筆） _____

住所 杉並区 _____

電話 _____

生年月日 _____年 _____月 _____日生

.....顧問キリトリ線.....

【保護者への通知】

入部承諾書

様

_____部 への入部を承諾します。

年 組 番 生徒氏名 _____

部活動顧問確認サイン（ _____ ）

.....担任キリトリ線.....

【担任控え】

入部申込書

杉並区立 阿佐ヶ谷中学校 担任 宛

_____部 への入部を希望します。

年 組 番 生徒氏名 _____

杉並区立阿佐ヶ谷中学校

