

部活動の練習日・練習時間等に関する規定

令和元年10月1日

熊本県立八代高等学校

- 1 練習日は、原則週5日とし、土日のうちどちらか1日と平日1日の休養日を設けるものとする。土日に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り返る。
- 2 練習時間※¹は、平日2時間程度、土日・祝日・長期休業日3時間程度とする。
- 3 次のア～ウの場合、上記1及び2を超えて練習することができる。その場合であっても週1日以上休養日を受け、週あたりの練習時間は16時間未満を目安とする。
 - ア 前年度3月から、運動部活動は、高校総体（野球部は夏の大会）出場までの期間。
文化部活動は、総文祭（吹奏楽部・合唱部は全日本コンクール）出場までの期間。
 - イ 高体連・高野連・高文連が主催・共催する大会及びそれに準ずる大会等が開催される1か月前から大会出場までの期間。
 - ウ 生徒の実態や競技の特性等の理由により上記1及び2を超えた練習時間を確保する必要がある場合。その場合、顧問は全部員・保護者の同意を得た上で『部活動練習超過申請書』を校長に提出し、校長は申請内容が適切と判断される場合許可する。
- 4 定期試験前1週間は、練習禁止とする。ただし、高体連・高野連・高文連の主催・共催する大会が試験終了後1週間以内にある場合は、『部、同好会練習許可願』を提出し、承認を得て、年度内4回を目途に、1時間程度の練習ができる。
- 5 夏休みと冬休みは、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設け、生徒に十分な休養を与える。併せて、学校閉庁日は、原則として練習を行わない。

※1「練習時間」には、練習場への移動、準備、後片付け等は含まない。また、ここでいう「練習時間」とは、日常的な練習のことをいい、練習試合や合宿等は含まない。ただし、練習試合や合宿等の活動が3時間を超えるような場合は、時間超過が常態化しないよう留意するとともに、十分な休養をとるなど、生徒の負担が過度にならないようにすること。