

こんなときどうする？ ～ 部活動引退後の生活編

1. 部活動引退とは？ → 「現役を退くこと」が引退です。引退は「退部」ではありませんので、卒業まで「部員」であることを忘れてはいけません。活動に参加しなくても、生活・学習・行事面で後輩の見本となる振る舞いをお願いします。
2. どんな勉強をすればよい？ → 進路だより4, 5, 27号(来週配付)で紹介しています。また第1回進路学習会資料P4～7「今何をすべきか」を読み返してください。教室に過去の先輩方の「私の勉強法」をファイリングしました。希望進路先の先輩の勉強法を参考にしてみてくださいはいかがでしょうか。
3. 引退後、気をつけることは？ → 今まで運動していた人が、運動を止めると、体のバランスを崩す人もいます。特に受験(受験)のシーズンは、風邪やインフルエンザが流行する時期でもあります。勉強は大切ですが、適度の運動も必要です。家の周りを走る等、家でできることをしてください。食べ過ぎにも要注意！(太っちゃう?)
4. 他に気をつけることは？ → 「時間の管理」が今まで以上に必要です。朝練がなくなったことで8:10入室、8:15着席ができないようでは困ります。土日の時間の使い方もとても重要です。家庭学習の時間、習い事の時間、自由時間の計画をしっかりと立てて頑張ってください。
5. 更に気をつけることは？ → 前述の通り、インフルエンザが流行する時期でもあります。今年はずいぶん「インフルエンザ予防接種」をお勧めします。(予約が必要な場合が多いです。秋になったら早めに接種の準備を!) コロナワクチンの予約、接種もお勧めします。
6. 部活に参加して良い？ → 最後の大会、コンクールが終わったら、3年生は部活動引退です。原則、部活に参加してはいけません。「受験モード」にスイッチを切り替え、勉強してください。
7. 文化部の引退時期は？ → 詳しくは、顧問の先生の指示を受けてください。
8. 勉強の合間に参加したい → 参加できません。家の周りを走る等、家でできることをしてください。
9. 体がなまるので参加したい → 参加できません。家の周りを走る等、家でできることをしてください。
10. 部活をしてよい例外は？ → 次のア～ウに当てはまる場合は、活動OKです。

ア 選抜選手に選ばれ、引退後に大会等があり、継続して活動することが望ましい生徒。

イ 進路選択の際に実技試験があり、かつ進学後にその部活動を続ける意志のある生徒。

⇒三者面談後、11月22日までに担任に「出願手続願」を提出し、12月上旬の全校進路検討会で受験(受験)が承認された生徒。その後「実技検査受験のための部活動参加願」を担任に提出し、顧問・担任・本人(保護者)と話し合い、活動日を決定する。(例年、冬休み以降から週1・2日活動する場合があります。)

ウ 進路が決定した生徒で、卒業後もその部活動を継続し、①本人の申し出 ②保護者の同意 ③担任・顧問の同意があり、1, 2年の活動を最優先できる生徒(平日・土日ともOK)

※ただし、生徒個人の判断ではなく、事前に保護者と担任、顧問の同意が得られている場合に限ります。

※「実技検査受験のための部活動参加願」(12月初旬に進路コーナーに設置)を担任に提出してください。

11. 高校の練習に参加したい → 上記「イ」を決めている(考えている)生徒が該当。2学期中に高校の練習に参加したい人は必ず顧問に申し出る。担任・生徒・保護者の意思を確認して顧問・担任が必要と感じた場合は、中学顧問から高校顧問へ連絡して、練習参加の可、不可等を連絡します。

この場合も週1～3日程度の練習参加で、勉強がおろそかにならないこと。

練習会参加前に部活動に参加したい人は、顧問と担任に申し出てください。

学校に連絡が来たものについては、顧問の先生に案内文書を渡してあります。

今までの経験から、3年間部活動に努力した人は、受験(受験)の試練に負けず、良い結果を勝ち取る人が多いです。部活動で様々な壁を乗り越えてきた77期生なら、きっと乗り越えられるはず。部活動でスッキリしたい気持ちは分かりますが、今は勉強! 誰もが通る道! 自分に甘えず、面倒なものを遠ざけず、頑張ってください。Fight! 77期生!