

令和3年度 女子卓球部 活動予定表

8 月

日	曜	主な行事予定	部活動	授業	分	活動内容	活動場所	活動時間	完全下校時刻
1	日		×			泉学年別大会	泉体育館	8:00~16:00 選手のみ	
2	月	教育相談	○			練習	学校	9:00~12:00	
3	火	教育相談	○			練習	学校	9:00~12:00	
4	水	教育相談	○			休養日			
5	木	教育相談	○			練習	学校	9:00~12:00	
6	金	校内研修 部活動午後のみ	△			練習	学校	13:00~16:00	
7	土		×						
8	日	山の日	×						
9	月	振替休日	○						
10	火	夏季学校閉庁日	○						
11	水	夏季学校閉庁日	○						
12	木	夏季学校閉庁日	○						
13	金	夏季学校閉庁日	○						
14	土		×						
15	日		○						
16	月		×						
17	火		○						
18	水		○			練習	学校	9:00~12:00	
19	木	全校授業日	×	3	50				
20	金	全校授業日 職員会議	×	3	50				
21	土		○			練習	学校	9:00~12:00	
22	日		○						
23	月	全学年授業日 全校集会	○	6	50	練習	学校	~18:00	
24	火	全校集会授業日	○	6	45	練習	学校	~18:00	
25	水	学年部会	×	6	45				
26	木		○	6	50	練習	学校	~18:00	
27	金	教育相談	×	6	50				
28	土		○			練習	学校	9:00~12:00	
29	日		○						
30	月	陸上コーチング	○	5	45	練習	学校	~18:00	
31	火	学文会リハーサル	○	5	50	練習	学校	~18:00	

部活動全体の約束

- ・部活動開始のミーティング前に顧問の先生に「部活動活動前チェックリスト」を記入し提出しよう。
- ・活動の前後に手洗いをしよう。
- ・活動中にマスクをつけることも可能ですが、熱中症などに気をつけて水分補給もしよう。

主な活動内容

感染拡大を防ぐ工夫

フォアとフォア
逆サイドフォアとフォア
逆サイドフォアとバック
ドライブとフォアブロック
ドライブとバックブロック
バックサイド ツッツキとツッツキ ショートとロング
下回転サーブからツッツキとドライブとブロック
3球目攻撃 など

- ・検温表での体温チェック
- ・窓を開けての練習
- ・手洗いとうがい