令和3年度 バレーボール 部 活動予定表

6 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	火	部活強化期間(~11日)	○	5時間	50分	練習(前半)	体育館	~18:15	18:30
2	水	1・3年後半特支歯科検診 市水泳抽選会	○	5時間	50分	練習(後半)	体育館	~18:15	18:30
3	木	全学年眼科検診	○	5時間	50分	練習(前半)	体育館	~18:15	18:30
4	金		○	5時間	50分	練習(後半)	体育館	~18:15	18:30
5	土		○			練習試合	松陵中	8:00~12:00(予定)	
6	日		○			OFF			
7	月	市中総体職員打合せ	○	5時間	50分	練習(前半)	体育館	~18:15	18:30
8	火	善導地区巡視①	○	5時間	50分	練習(後半)	体育館	~18:15	18:30
9	水	市中総体事前指導(学活)	○	5時間	50分	練習(前半)	体育館	~18:15	18:30
10	木	市中総体激励会, 運動部アルバム写真撮影	○	6時間	50分	練習(後半)	体育館	~18:15	18:30
11	金		○	5時間	50分	練習(前半)	体育館	~18:15	18:30
12	土	市中総体	○			中総体	南吉成中	13:00開場	
13	日	市中総体	○			中総体	未定		
14	月	市中総体	○				仙台市体育館		
15	火	市中総体予備日	○			ミーティング		~17:45	18:00
16	水	報告会	○			OFF			
17	木	振替休業	○			OFF			
18	金	振替休業	○			OFF			
19	土	試験3日前部活動中止	×						
20	日		×						
21	月	▲職員会議	×	5時間	45分				
22	火	1学期中間考査, 部活動中止	×	5時間	50分				
23	水	市中総体水泳	○	6時間	50分	外練	外	~17:45	18:00
24	木	市中総体水泳 合唱コンクール強化期間	○	6時間	50分	練習	体育館	~17:45	18:00
25	金	▲専門委員会, 部活動中止	×	6時間	45分				
26	土	特別支援学級卓球大会	○						
27	日		○			練習	体育館	9:00~12:00	
28	月	特支学級振替休業日 中央委員会	○	6時間	50分	外練	外	~17:45	18:00
29	火	▲学年部会	×	6時間	45分				
30	水	▲教育相談, 部活動中止	×	6時間	45分				

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ましょう。
- ・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

- ウォーミング・アップ
ランニング, 体操, ストレッチ
- メニュー
パス, レシーブ練習, サーブ, サーブカットなど
- ダウン
体操, ストレッチ

感染拡大を防ぐ工夫

- ・ウォーミング・アップ, ダウンは前後左右の間隔を広くとって行う。
- ・部室や倉庫で準備する時には, できるだけ少ない人数で入り, 密にならないように気をつけること。