

# 令和3年度 水泳部 活動予定表

## 7月

日	曜	主な行事予定	部活動	活動内容	活動場所	活動時間	完全下校時刻
1	木	合唱コンクールリハーサル	○	基礎トレーニング	プール更衣室脇	16:20~17:20	18:00
2	金	合唱コンクール職員打ち合わせ	○				18:00
3	土						
4	日						
5	月	B週スタート	○	基礎トレーニング	プール更衣室脇	15:50~16:50	18:00
6	火		○				18:00
7	水	合唱コンクール事前指導	○				18:00
8	木	合唱コンクール	×				18:00
9	金	善導声掛けパトロール	○				18:00
10	土						
11	日						
12	月		○	基礎トレーニング	プール更衣室脇	16:20~17:20	18:00
13	火	全地区巡視	○				18:00
14	水	専門委員会	×				18:00
15	木	1年防災訓練	○	基礎トレーニング	プール更衣室脇	16:20~17:20	18:00
16	金	中央委員会	○				18:00
17	土						
18	日						
19	月		○	基礎トレーニング	プール更衣室脇	16:20~17:20	18:00
20	火	全校集会 激励会	○	県大会事前指導	少人数教室		18:00
21	水	夏期休業	○				18:00
22	木	海の日 県総体		県大会		セントラルスポーツ宮城G21	
23	金	スポーツの日 県総体		県大会		セントラルスポーツ宮城G21	
24	土	県総体					
25	日	県総体		県大会		セントラルスポーツ宮城G21	
26	月	教育相談					
27	火	教育相談				夏休みに練習に関しては	
28	水	教育相談				後日、連絡します。	
29	木	小中学びの連携					
30	金	教育相談					
31	土						

### 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しましょう。

### 主な活動内容

### 感染拡大を防ぐ工夫

- ◎ 中総体 自己記録を更新し県大会を目指す！  
大会を意識した練習
- ◎ 基礎トレーニング
  - ・ランニング
  - ・縄跳び
  - ・ラダートレーニング 等

- 練習前の健康・体温チェックの徹底
- 密にならないような練習形態
- マスクを外した状態での会話の防止
- 接触を避けた練習
- 練習前後の手洗い