

## 令和4年度 サッカ一部 活動予定表

### 5 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		○			練習	校庭	8:00-12:00	
2	月	安全点検日	○			練習	校庭		
3	火	憲法記念日	○			練習試合	鶴谷中学校	集合9:00解散13:00	
4	水	みどりの日	○			休養日			
5	木	こどもの日	○			休養日			
6	金	専門委員会 尿検査二次	×	6	45	休養日			
7	土		○			休養日			
8	日		○			練習	校庭	8:00-12:00	
9	月	尿検査二次予備日 3年部活	○	6	50	1・2年生 練習	校庭		18:00
10	火	修学旅行①	○	6	50	1・2年生 練習	校庭		18:00
11	水	修学旅行② 市中体連抽選会	○	5	45	休養日	顧問不在のため		18:00
12	木	修学旅行③ 校外学習 教科研究会	×	5	45	休養日			
13	金	心臓病検診1年 3年生振替休日	○	6	50	1・2年生 練習	校庭		18:00
14	土	青葉まつり	○			練習試合	岩切中	集合7:50解散12:00 駐車台数:7台程度	
15	日	青葉まつり	○			休養日			
16	月	職員会議 教育実習スタート	×	5	45	休養日			
17	火		○			練習	校庭		18:00
18	水		○	6	50	練習	校庭		18:00
19	木	教科外研究会	×	5	45	休養日			
20	金	耳鼻科検診3年	○	6	50	練習	校庭		18:00
21	土		○			休養日			
22	日	サッカー部 部活動保護者会 ※文章は後日配布します。	○			練習	校庭	8:00-10:00 (保護者会9:30~会場 -中3-1※2階)	
23	月	学年部会	×	5	45	休養日			
24	火	ファイナンスパーク3年	○	6	50	練習	校庭		18:00
25	水	ファイナンスパーク3年	○	6	50	練習	校庭		18:00
26	木	ファイナンスパーク3年 内科検診1年	○	6	45	練習	校庭		18:00
27	金	眼科検診 中央委員会	○	6	50	練習	校庭		18:00
28	土		○			練習試合	将監中	集合7:50解散12:30	
29	日		○			休養日			
30	月	校友会総会 歯科検診全学年	○	6	50	練習	校庭		18:00
31	火	部活動強化期間(~10日)	○	5	50				18:00

#### 部活動全体の約束

- ・部活動の前には体調観察を行います。発熱等があった場合には、顧問の先生に連絡しましょう。
- ・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

○W-UP  
 ・ブラジル体操  
 ○メニュー  
 ・個人練習(対面パス・ドリブル・シュート)  
 ・ポゼッション ・ゲーム  
 ○DOWN  
 JOG, ストレッチ

#### 感染拡大を防ぐ工夫

- ・w-upとdownは前後左右の間隔を広くとって行う。
- ・部室で準備する時には、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。
- ・体調が優れない場合は練習に参加せず、帰宅する。