

令和4年度 バレーボール部 活動予定表

6 月 ※50分授業 前半→15:10～16:50 後半→16:50～18:30 45分授業 前半→14:40～16:35 後半→16:35～18:30

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	水	安全点検日 衣替え	○	5	50	練習	体育館	15:10～16:50	18:00
2	木	耳鼻科検診1年	○	5	50	練習	外・体育館	～18:15	18:00
3	金	内科検診(2年女子)	○	5	45	練習	外・体育館	～18:15	18:00
4	土		○						
5	日		○			練習試合	長町中	PM	
6	月	市中総体打ち合わせ	○	5	45	OFF			18:00
7	火	部集会(中総体の動き), 歯科検診	○	5	50	部集会・練習	外・体育館	～18:15	18:00
8	水	市中総体事前指導, 歯科検診	○	5	50	練習	外・体育館	～18:15	18:00
9	木	市中早退激励会	○	6	50	練習	体育館	～16:50	18:00
10	金		○	5	50			～16:50	18:00
11	土	市中総体①	○						
12	日	市中総体②	○						
13	月	市中総体③	○						
14	火	市中総体予備日、弁当持参	○	6	50	ミーティング			18:00
15	水	市中総体報告会	○	6	50				18:00
16	木	振替休業日	△						
17	金	振替休業日	△						
18	土		△						
19	日		△						
20	月	職員会議	×	5	45				
21	火		○	6	50	外練	外	～17:45	18:00
22	水	市中総体(水泳), 専門委員会	×	6	45				
23	木	市中総体(水泳), 内科検診	○	6	45	外練	外	～17:45	18:00
24	金	考查前活動禁止	×	6	50				18:00
25	土	特別支援卓球大会 考查前活動禁止	×						
26	日	考查前活動禁止	×						
27	月	中間考查 避難訓練 県中総体抽選	×	6	50				18:00
28	火	合唱コンクール強化期間 中央委員会	○	6	45	練習	体育館	～18:15	18:00
29	水	学年部会	×	5	45				18:00
30	木	市駅伝大会監督会議 授業づくり訪問	×	5	45				18:00

※延長を希望した場合は、完全下校18:30までとなります。

部活動全体の約束

- ・部活動の前後には体調観察を行いましょう。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

感染拡大を防ぐ工夫

○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

・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。