令和3年度　夏季休業中の部活動練習計画表

宇城市立豊野中学校

月	7											8																								
日	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
曜	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
行　事		海の日	スポーツの日	県中体連	県中体連		教科等研	全員レポート研	教科等研	地区懇談会総括会		家庭の日			校内研修（午前）				山の日	振替休日	閉庁	閉庁	閉庁	閉庁														校内研修				
野　球	○	○	○	×	×	×	○	○	○	●	×	×	×	○	●	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	×	○	○	○	試	試
バレーボール	○	○	○	試	試	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	×	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	×	○	○	○	×	○	×	○	○	○	試
サッカー	○	試	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○	試	試	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	×	×
音　楽	○	×	×	×	×	○	○ 10:30	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	×	×
陸　上	○	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	×	×
中体連陸上駅伝	○	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	×	×
水泳(補習)	○	×	×	×	×	○	●	●	●	●	×	×	水泳補習は○１０：００～１０：５０、●１５：００～１５：５０の間に行います。　変更の場合は、プールの入り口に掲示します。																										
掃除当番 女子トイレ 運動場・体育館	バレーボール部							陸上強化選手3年							バレーボール部						陸上強化選手2年						バレーボール部								陸上強化選手1年			
掃除当番 男子トイレ 運動場・体育館	野球部							サッカー部							陸上部						野球部						サッカー部								陸上部			

試：大会等　　合：合宿練習　　○：午前練習　　●：午後練習　　×：練習休み

中体連陸上＆駅伝の練習は7：20から行います。（休む時は連絡して下さい・確認します）
早めに起床し、必ず朝食を食べましょう！

【申し合わせ事項】

●原則として豊野中学校部活動方針に則って活動する。

1. **活動がある日は積極的に参加し、参加できない場合は必ず顧問（または学校）に連絡すること。**
2. **練習は原則として、午前か午後のどちらかとする。**
3. **登下校の服装は、本校の制服、体育服または部活動の練習着等を着用する。**
4. **登下校は交通安全に十分注意し、自転車通学生はヘルメット、安全たすきを着用する。**
   また、他の通行の邪魔にならない様に注意する。
5. **登下校の買い食いは禁止とする。**
6. **他の部室に無断で入ったり、用具を勝手に持ち出す様なことはしない。**
7. **原則として、指導者不在の時には活動しない。**
8. **部室や練習場所の掃除を定期的に行う。**

夏季は「熱中症」と「感染症」に注意が必要です。

○熱中症予防に努める
- のどが渇く前に水分を補給し、涼しい場所で定期的に休憩を取る。
- 体調が悪くなったら、我慢せずに、すぐに指導者に知らせる。

○新型コロナウイルス感染症予防に努める。
- 登校前に検温し、発熱等の風邪症状がある場合は参加を控える。
- 必要に応じてマスクを着用する。（熱中症の心配もあるので、外せるときは外す。）
- その他、指導者の指示に従い、適切に対応する。