２０１９年度　港南中学校部活動　春休み　練習計画

◆　春休み中の活動時間帯および活動内容の表記について

午前練習	8:30～12:00	➡	前	午前練習試合	➡	試前	大会参加 ➡ 大会
午後練習	12:30～16:00	➡	後	午後練習試合	➡	試後	休 養 日 ➡ ×
１日練習	8:30～16:00	➡	全	１日練習試合	➡	試全	

◆　休養日に関する部活動規定

○　休養日は、原則、週当たり２日以上設ける。そのうち、平日に１日、土曜日、日曜日に２日以上の休養日を設ける。（休養日に練習試合や大会参加等で活動した場合については、休養日を他の日に振り替える。）

○　長期休業中は、学期中の休養日に準じた扱いを原則とする。加えて、ある程度長期の休養日を設ける。また、大会等を除き、原則、土曜日と日曜日を休養日とする。

※　春休み中の休養日については、次のとおりとします。
３／28・29の土・日については、休養日とします。４／４・５の土・日については、その前後の４／３・６・７が職員会等による休養日となっていますので、練習を行ってもよい日としています。

◆　**新型コロナウイルス感染症対策について**

○　大人数による集団での活動は避け、少人数やグループ分けによる練習を行います。また、生徒が極力接触をしないような練習メニューの工夫、体育館等の校舎内での練習場所の換気の実施、運動器具等の衛生管理の徹底などを行い、感染症予防対策に十分留意して、部活動を実施します。

○　練習時間は、上記の時間帯の中で、３時間以内の活動時間を設定して実施します。

○　春休み期間中については、合宿や遠征、練習試合を行わないこととします。

◆　**春休み中の部活動について**

○　練習の開始･終了は､キャプテンが日直の先生に申し出るようにしよう。

○　顧問の指導をよく聞いて、技術と体力の向上に努力しよう。

○　健康状態やけがに注意して、無理の無い練習をしよう。発熱がある場合は病院を受診し、自宅待機！

○　同級生同士、先輩と後輩のよい人間関係をつくろう。

○　登下校のルール（交通・服装）を守り、安全に注意しよう。

○　感謝の気持ちをもって活動しよう。気持ちのよいあいさつができる部活動生になろう！

月日	曜	主な大会 学校行事	1 野球	2 ソフト	3 サッカー	4 陸上	5 テニス男	6 テニス女	7 卓球男	8 卓球女	9 バスケ男	10 バスケ女	11 バレー男	12 バレー女	13 水泳	14 柔道	15 剣道	16 吹奏楽	17 合唱	18 美術	19 技術	20 駅伝	部活予定
25	水	修了式	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
26	木	学年末休業	前	前	後	前	前	前	前	前	後	前	後	前	×	前	前	前	前	前	前		○
27	金	離任式　教職員挨拶9:00 全日本中学生ｿﾌﾄﾎﾞｰﾙ大会 全国中学選抜卓球大会　中止	前	前	×	前	後	前	前	前	×	後	後	後	×	前	前	前	前	前	前		△ 9:30～ ○
28	土	全国中学選抜卓球大会　中止	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
29	日	全国中学選抜卓球大会　中止	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
30	月		前	前	後	前	前	前	前	前	後	前	後	前	前	前	前	前	×	前	前		○
31	火		前	前	後	前	前	前	前	前	前	後	前	後	前	前	前	前	前	前	前		○
4/1	水	学年始休業	前	前	後	前	前	前	前	前	後	前	後	前	前	前	前	前	前	前	前		○
2	木		前	前	後	前	前	前	前	前	前	後	前	後	前	前	前	前	前	前	前		○
3	金	職員会　学年部会	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
4	土		×	×	×	×	前	前	前	×	×	後	前	後	×	×	×	前	前	×	×		○
5	日		×	×	×	×	×	前	前	×	×	×	×	前	×	×	×	前	前	×	×		○
6	月	学年部会　教科部会 職員作業　学年部作業	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
7	火	職員会　教科等部会　校務部会	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
8	水	始業式　新入生学級発表 児童生徒をまもり育てる日 ※部活動15:15完全下校	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	×	○	○	○	○	○	○		△ 体×