令和２年度　港南中学校部活動　冬休み　練習計画

◆　冬休み中の活動時間および活動内容表記

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	合宿・強化練習	➡	合宿
１日練習	8:30～16:00	➡	全	１日練習試合	➡	試全	休 養 日	➡	×

○　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。

◆　冬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。
○　健康状態に注意して、無理のない練習をしよう。
○　体温管理をしっかり行い、新型コロナウィルス感染症やインフルエンザに気をつけよう。
○　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	金	終業式　表彰伝達 登下校指導	○	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○		△ 16:15 下校
26	土	冬期休業～１／７ ｱﾝｻﾝﾌﾞﾙｺﾝﾃｽﾄ中予地区予選	×	×	×	×	×	×	大会	×	×	×	前	前	×	×	×	大会	×	×	×		△
27	日	ｱﾝｻﾝﾌﾞﾙｺﾝﾃｽﾄ中予地区予選	前	×	×	×	×	×	前	×	×	×	前	前	×	×	×	大会	×	×	×		△
28	月		後	前	前	前	前	前	大会	前	前	後	前	後	前	前	前	大会	前	前	前		○
29	火	学校閉庁日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
30	水	学校閉庁日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
31	木	学校閉庁日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
1/1	金	元旦	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
2	土	学校閉庁日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
3	日	学校閉庁日	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×
4	月		×	×	前	×	×	前	前	×	×	×	後	×	×	×	×	×	×	×	×		○
5	火		前	前	前	前	前	前	前	前	前	後	後	前	×	前	前	前	×	前	前		○
6	水		前	前	後	前	前	前	前	前	後	前	前	後	×	前	前	前	前	前	前		○
7	木	県総体（スキーの部）	前	前	前	前	前	前	前	前	×	後	前	×	×	前	前	前	×	×	×		○
8	金	始業式　3年学年末テスト 1・2年市学力調査 研修３部会 ※部活休止	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×