

6月分

サッカー部 活動計画 兼 感染対策報告書

活動前	<ul style="list-style-type: none"> ・健康観察（発熱、風邪症状、だるさ、息苦しさ等体調が悪いときは、自宅で休養するよう指導する）。 ・消毒液で、生徒が使用する用具等の消毒を行う。 ・うがい、手洗い、手指の消毒、咳エチケット、ハンカチの持参を徹底する。 ・荷物置き場の管理（お互いに距離をとって荷物を置く）。 ・部室は用具の保管のために利用するものとし、荷物置き場としては使用しない。（着替えの際配慮する）
-----	--

下校完了時間 平日 18時30分

日	曜日	活動の有無 ○ / 休養日	時 間	場 所	活動内容	活動時の感染対策	備 考
1	月		～ 17:50	校庭	今後の活動について確認	○本人と保護者の参加の意思を確認すると同時に、欠席する場合の意思を尊重する。 ○生徒の心身の状況に配慮して活動する。適宜、健康観察を行う。 ○身体的距離を確保する。 （ソーシャルディスタンス） ○走るトレーニングを行う際は、前後近くに並ばないように配慮する。 ○20～30分おきに、うがい・手洗い・手指の消毒・水分補給をさせる。水筒は、活動場所に散在して置かせ、部室やトイレの利用は3密を避ける。 ○マスク着用の意志を尊重する。（運動強度に応じて対応） ○練習中の近距離での会話や大声での発声をできるだけ控える。 ○生徒同士や指導者との接触の少ない活動を工夫する。	
2	火		～ 16:50	校庭	第1段階		
3	水	休養日	～		3分間走（体力チェック）		
4	木		～ 16:50	校庭	コアトレーニング		
5	金		～ 17:50	校庭	ステップワーク		
6	土		8:30 ～ 10:30	校庭	ボールコントロール		
7	日	休養日	～				
8	月		～ 18:20	校庭	第2段階		
9	火		～ 17:20	校庭	3分間走（体力チェック）		
10	水		～ 17:20	校庭	コアトレーニング		
11	木		～ 18:20	校庭	ステップワーク		
12	金	休養日	～		ボールコントロール		
13	土		8:30 ～ 10:30	校庭	パスコントロール		
14	日	休養日	～				
15	月		～ 18:30	校庭	第3段階		
16	火	休養日	～		（第2段階の継続）		
17	水		～ 17:50	校庭	状況によって、対人プレー（パス回し）を取り入れる。		
18	木		～ 18:30	校庭			
19	金		～ 17:30	校庭			
20	土		8:30 ～ 10:30	校庭			
21	日	休養日	～				
22	月		～ 18:30	校庭	第4段階		
23	火		～ 18:30	校庭	（第3段階の継続）		
24	水	休養日	～		状況によって、ゲーム形式を取り入れる。		
25	木		～ 18:30	校庭			
26	金		～ 17:45	校庭			
27	土		8:30 ～ 10:30	校庭			
28	日	休養日	～				
29	月		～ 18:30	校庭	選手の体力に応じ、第4段階の強度を上げていく。		
30	火		～ 17:45	校庭			

活動後	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒の身体状況など厳重な健康観察のうえ、食事・入浴・睡眠などしっかりと休養をとるよう指導する。 ・生徒が触れた箇所や用具の消毒を行う。 ・うがい、手洗い、手指の消毒、咳エチケットを徹底する。 ・部室の利用については、着替えが必要などきのみとする。同時に2名以上入らないよう配慮する。 ・解散後は、友だちを待たずに速やかに下校させる。下校時も「3密」を避け、マスクを着用して下校させる。
-----	---