

6月分

体操競技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、息苦しさ等の症状があるときは、自宅で休養するよう指導する）をする。 ・消毒液で用具等の消毒を行う。 ・屋外で活動に必要な物を取り出し、来た順に部室に荷物を置かせる。 ・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。 ・活動場所の換気（ドア、窓は開放したまま活動する）。 ・部室の利用については、短時間の利用を基本とし、同時使用は3人までとさせる。
-----	--

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	○	～ 17:30	武道場	1週目：基本練習	○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。 ○畳（柔道場）または床（剣道場）の空いているスペースを使って練習を行う。 ○身体的距離を確保する。 （ソーシャルディスタンス） ○準備運動等も人との距離意を取って個人で進める。 ○一つの種目に人数が偏ら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。 ○運動内容や強度により、可能な限りマスクを着用する。 （熱中症予防も考える） ○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	○	～ 16:30	武道場	準備運動、補強、柔軟と、種目の基本的な技を行う。					
3	水	○	～ 16:30	武道場						
4	木	休養日	～							
5	金	○	～ 16:30	武道場						
6	土	○	9:00 ～ 10:00	日々輝学園			2週目～3週目：基本練習+分習			
7	日	休養日	～				準備運動、補強、柔軟と、種目の基本的な練習と、個人のレベルに合わせた技を段階的に練習する。			
8	月	休養日	～							
9	火	○	～ 17:00	武道場						
10	水	○	～ 16:30	武道場					部活動見学	
11	木	○	～ 17:30	武道場					部活動見学	
12	金	○	～ 17:30	武道場					専門委員会	
13	土	○	9:00 ～ 10:30	日々輝学園						
14	日	休養日	～							
15	月	○	～ 18:10	武道場						
16	火	休養日	～						現職教育	
17	水	○	～ 17:30	武道場					3年テスト	
18	木	○	～ 17:30	鉄棒前				4週目～：分習+組み合わせ		
19	金	○	～ 17:30	武道場				準備運動、補強、柔軟と、種目の練習。出来栄やレベルに合わせて技を組み合わせで行う。		
20	土	○	9:00 ～ 11:00	日々輝学園						
21	日	休養日	～							
22	月	○	～ 18:10	武道場						
23	火	○	～ 17:00	武道場						生徒総会
24	水	休養日	～							職員会議
25	木	○	～ 17:00	鉄棒前						
26	金	○	～ 17:30	武道場						
27	土	○	9:00 ～ 11:00	日々輝学園						
28	日	休養日	～							
29	月	○	～ 18:10	武道場						
30	火	○	～ 17:10	武道場						

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。 ・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、同時使用は3名までとし、話はせず、早く着替えなどを行って出るようにさせる。 ・武道場の出入りのあいさつは、（整列しないで）個人で行わせる。 ・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。
-----	---