

【部活動名： ラグビー部 】

作成日： 令和 7 年 4 月 1 5 日

年 間 活 動 計 画 並 び に 安 全 配 慮 事 項

主な活動場所：グラウンド

	学校行事(予定)	主 な 活 動 (予 定)	対 外 活 動 等	休 養 日
4 月	入学式(3日) 始業式(4日) 健康診断(18日)	部活動再開 基礎体力作り	福岡県南部7人制大会参加	水曜日 日曜日
5 月	授業参観(2日) クラスマッチ(22日)	基礎体力作り 九州高専ラグビー新人戦参加	九州高専ラグビー新人戦参加	水曜日 日曜日
6 月	前期中間試験(3日～9日) オープンキャンパス(15日)	段階を追ってコンタクト系練習を始める		水曜日 日曜日
7 月	前期末試験 (24日～7月30日)	部活動再開 暑さに体を慣らし、持久力と筋力トレーニング		水曜日 日曜日
8 月	オープンキャンパス(2日) 夏季休業(7日～9月30日) 一斉休業(9日、15日)	軽度のコンタクト系練習を加える暑さに負けない体		水曜日 日曜日
9 月		実戦を想定した練習を開始		水曜日 日曜日
10月	学生会行事準備(31日)	翌月の高専大会を見据えた実戦練習		水曜日 日曜日
11月	学生会行事(1,2日) 後期中間試験(26日～12月2日)	九州高専ラグビー大会参加 主管校として大会運営の補助	九州高専ラグビー大会参加	水曜日 日曜日
12月	クラスマッチ(11日) 冬季休業(26日～1月6日) 一斉休業(27日～1月4日)	全国高専ラグビー大会参加 基礎体力トレーニング		水曜日 日曜日
1 月	企業紹介事業(仮)(7日) 推薦入学試験(10日) 学年末試験(30日～2月5日)	全国高専ラグビー大会参加 トレーニング再開	全国高専ラグビー大会参加	水曜日 日曜日
2 月	学力入学試験(8日) 終業式(20日)	基礎体力トレーニング		水曜日 日曜日
3 月	卒業式(13日) 学年末休業(14日～31日)	リーダー講習会の参加	九州高専ラグビー リーダー講習会 参加および運営	水曜日 日曜日

安全 配慮 事項	・練習時は必ず顧問が学内に滞りし、事故等には迅速に対応できるようにする。 ・コンタクト練習の際はヘッドキャップを着用し、頭や頸椎のケガをしないように留意する。 ・熱中症に留意し、運動に不適な外気温・湿度の際は練習方法の変更や練習の中止を検討する。
----------------	---