

年間活動計画並びに安全配慮事項

主な活動場所：本校第2体育館

	学校行事(予定)	主な活動(予定)	対外活動等	休養日
4月	休業	活動なし (新型コロナウイルス感染症拡大に伴う休業のため)	なし	活動なし
5月	休業	活動なし (新型コロナウイルス感染症拡大に伴う休業のため)	なし	活動なし
6月	分散登校(6/8~)	活動なし (新型コロナウイルス感染症拡大に伴う休業のため)	なし	活動なし
7月	一斉登校開始(7/13~)	活動再開(7月13日~) 新チーム結成、スタッフ選任、基本プレーの徹底		土日祝
8月	一斉休業(8/8~16) 前期末試験(8/31~)	基本プレーの徹底		土日祝 8/8~16(一斉休業) 8/24~8/31(試験)
9月	前期末試験(~9/4) 夏季休業(9/12~30)	基本プレーの徹底		日祝 9/1~9/4(試験) 9/12~22(オフ)
10月	後期開始(10/1) 学生会行事(10/30~)	体力強化、基本プレーの徹底		日祝
11月	学生会行事(~11/1) 後期中間試験(11/26~)	体力強化、基本プレーの徹底		日祝 11/2(代休) 11/19~30(試験)
12月	後期中間試験(~12/2) 冬季休業(12/26~)	体力強化、基本プレーの徹底	高体連新人大会 九州沖縄地区高専新人大会	日祝 12/1・2(試験) 12/26~31(オフ)
1月	冬季休業(~1/6) 授業開始(1/7) 学年末試験(1/28~)	体力強化、基本プレーの徹底	OB・OG戦(隔年)	日祝 1/1~6(オフ) 1/21~1/31(試験)
2月	学年末試験(~2/5) 終業式(2/12)	体力強化、基本プレーの徹底	送別試合	日祝 2/1~3(試験) 未定(オフ)
3月	卒業式(3/19) 学年末休業(3/20~)	体力強化、チームプレーの強化	合宿 強化練習	日祝 未定(オフ)

安全 配慮 事項	<p>①部員は健康管理に努め、けが・体調のすぐれない時はキャプテンか顧問に申し出、練習を休むか軽い運動にとどめる。</p> <p>②練習を始める時は、ストレッチ・準備体操・柔軟体操を行なう。急に激しい運動は絶対に避けること。 また、練習後も同様に整理運動を行ない、すみやかに着替えて体の冷えを防ぐこと。</p> <p>③ボールカバーを装着し、練習前にフロアをモップがけし、コートのを安全をチェックすること。(ガラス、くぎ、床の異常、ラインテープなど)</p> <p>④雨天時および梅雨時は床が濡れやすいので、床の水分を取って滑らないように注意する。</p> <p>⑤ジャンプを伴う練習(アタック・ブロック)ではジャンプする者の下へボールが転がらないように特に気をつけ、他の練習でも余分なボールは必ずかごに入れること。 また、アタック時にはボールの方向に注意を払い、強打の直撃に注意。同じく、ネット際のプレーではセンターラインの踏み越しに注意する。</p> <p>⑥壁際、ポール周りでのプレーでは、特に頭部を激突しないように注意し、周囲の者がすばやく指示をする。また、フライングレシーブなどのあとは床の汗に気を配ること。</p> <p>⑦高度のテクニクを要するプレーは少しずつ練習を積み重ね、無理のないようにする。</p> <p>⑧安全管理委員、キャプテンはコートの状態、部員の様子に注意を払い、けがや熱射病など未然に防ぐよう心がける。 また、部員は各自安全面に気を配り、気づいた点も申し出て、キャプテン・安全管理委員・顧問の指示に従うこと。</p>
----------------	--