

サッカー部 練習計画 1月(案)

12月3日(金)配布版

日	曜日	予定内容	日	曜日	予定内容
1	土	休み(学校閉鎖)	17	月	通常
2	日	休み(学校閉鎖)	18	火	通常
3	月	休み(学校閉鎖)	19	水	通常
4	火	休み(冬季休校日)	20	木	休み
5	水	休み(冬季休校日)	21	金	通常
6	木	13:45～ ※2年冬期講習	22	土	休み ※進研模試
7	金	13:45～ ※2年冬期講習	23	日	9:00～12:00
8	土	休み	24	月	通常 ※スキー2年前半
9	日	13:45～ ※2年冬期講習	25	火	通常
10	月	13:45～ ※2年冬期講習	26	水	休み
11	火	13:45～ ※2年冬期講習	27	木	通常 ※スキー2年後半
12	水	9:00～12:00 LOCO ESTADIO(フットサル)	28	金	通常
13	木	休み	29	土	9:00～12:00
14	金	通常	30	日	休み
15	土	9:00～12:00	31	月	通常 ※スキー2年前半
16	日	休み			

※平日練習時間は、16:00～18:00(6時間授業日) 17:00～18:30(7時間授業日)を原則

※冬季休業中ならびに土日の練習時間と場所の変更の場合あり

※冬期間の練習は天候状況を見ながら、グラウンド練習も行う

※スキー授業日は、当該クラスの部員の練習参加は任意とする

<令和2年度 4月からの部活動に関する活動基準>

1. 月1回、平日に全校一斉の「部活休養日」を設定する。※年間行事計画にも掲載
2. 少なくとも週に1日、平日に「部活休養日」を設定することを原則とする。
3. 毎週、土曜日または日曜日のいずれかを「部活休養日」とすることを原則とする。
4. 通常の練習時間は、平日2時間程度とする。
5. 土・日・祝日・長期休業期間中の練習時間は、原則3時間程度とする。
6. 長期休業中の休養日の設定は学期中に準じた取り扱いとし、十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動が行うことができるよう、ある程度長期の休業期間を設ける。
7. 週末に大会等で活動した場合、休養日を別の日に振替える。