

## 部活動練習予定（6/1～6/14）

### 野球部

#### 【各部共通事項】

- ・ 2週間は基礎練習を中心とした活動とする。
- ・ 2週間は朝の練習は停止する。
- ・ 練習時間は徐々に増やしていく。
- ・ 6月中の対外試合は停止する。
- ・ 次のような運動は行わない。

生徒が密集する運動

近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い運動

#### 1 練習内容

- ・ 準備運動
- ・ ストレッチ
- ・ キャッチボール
- ・ バッティング
- ・ フットワーク

#### 2 練習終了時刻（練習時間）

| 月     | 火     | 水    | 木     | 金     | 土    | 日    |
|-------|-------|------|-------|-------|------|------|
| 6/1   | 6/2   | 6/3  | 6/4   | 6/5   | 6/6  | 6/7  |
| 17:30 | 17:30 | 休み   | 17:30 | 17:30 | 2時間  | 休み   |
| 6/8   | 6/9   | 6/10 | 6/11  | 6/12  | 6/13 | 6/14 |
| 17:30 | 17:30 | 休み   | 17:30 | 17:30 | 2時間  | 休み   |

#### 3 その他

- ・ 個人物（グローブ、手袋等）の貸し借りは禁止。
- ・ 活動前後にうがい手洗いをを行う。
- ・ キャッチボール用のボールとバッティング練習用のボールを区別する。
- ・ バッティング練習用ボールは手袋を使って触れるようにする。
- ・ 生徒が直接触れた物や場所は除菌・消毒を行う。