

練習再開後についてのガイドライン

千葉県小学生バレーボール連盟 会長 高橋 信志
理事長 小野寺 豊

新型コロナウイルスの感染防止のため活動自粛の練習が続いています。
しかし、僅かな明るい光も見えてきました。
つきましては練習を再開させるにあたり、以下のことに気を付けながら、気を緩めずに練習を行って下さいますようお願いいたします。

【練習】

- ・基本的に拠点とする施設の開放後に活動を再開する。
- ・練習前には必ず検温をする。体調不良時は練習に参加しない。
- ・練習は、消毒などの準備、各チームで工夫し少人数で行う。
- ・再開後は、体が慣れるまで練習時間は短めにするなど内容を検討する。
- ・汗ふき用のタオルは個人用とし共用しない。
- ・練習終了後の指導者の話は、身体的距離を守り、短めにする。
- ・練習後は手洗い・うがいを必ず行う。
- ・練習中以外はマスクを着用する。特に指導者と保護者は必ず着用する。
- ・熱中症対策も忘れずに行う。水分補給や休憩などをこまめに行う。
- ・体育館は換気のため窓や扉を開ける。

【練習試合・遠征】※当面自粛する。(6月末まで 状況により変更あり)

感染拡大防止を最大限考慮し判断してください。

- ・1チームの人数をできる限り少なめに、保護者の人数も必要最低限にする。
- ・体が慣れるまでは、短い時間で行う。
- ・指導者はマスクを着用し、大きな声を出して指導しない。
- ・行き帰りに交通機関（公共交通機関または車）を利用する場合、マスクを着用する。
- ・昼食時は、選手同士の距離を空け、対面での飲食は避けて、静かに食べる。
- ・試合のない時はマスクを着用する。
- ・試合後の指導者の話は、身体的距離を守り、マスクを着用し、短めにする。
- ・体育館は換気のため、窓や扉を開けておく。
- ・熱中症対策も忘れない。水分の補給やこまめな休憩を行う。