

活動内容

○サッカー

- ・本校職員の監督の下、浮羽究真館生が基本から教えます。
- ・ボールの受け方、蹴り方、ドリブルなどを練習した後は初心者でも楽しめる「ミニゲーム」で汗を流します。
- ・運動に適した服装でグラウンドシューズを持参してください。

○ラグビー

- ・本校職員の監督の下、浮羽究真館生が基本から教えます。
- ・ボールの取り方、投げ方、ステップを練習した後は、「タッチラグビー」で汗を流します。
- ・運動に適した服装でグラウンドシューズを持参してください。
- ・雨天時は室内でトレーニングを実施しますので、室内用シューズを持参ください。

○ソフトテニス

- ・本校職員の監督の下、浮羽究真館生が基本から教えます。
- ・自分のラケットがある方は、ラケットを持参してください。
- ・運動に適した服装でテニスシューズ（お持ちでない方はグラウンドシューズで構いません）を持参してください。

○バスケットボール

- ・本校職員の監督の下、浮羽究真館生が基本から教えます。
- ・ボールの取り方、投げ方、ステップを練習した後は、「ミニゲーム」で汗を流します。
- ・運動に適した服装で体育館用シューズを持参してください。

○卓球

- ・本校職員の監督の下、初心者には、浮羽究真館生がラケットの握り方や素振りなどの基本から教えます。
- ・中級者は、浮羽究真館生とともに試合展開を考えた練習をします。
- ・自分のラケットがある人は、ラケットを持参してください。
（本校でも準備しますが、数に限りがあります。）
- ・運動に適した服装で体育館用のシューズを持参してください。

○弓道

- ・本校職員の監督の下、浮羽究真館生が基本から教えます。
- ・「射法八節」に基づいて、弓道を一から学ぶ機会を作ります。
- ・持参物は特にありません。

○吹奏楽

- ・本校職員の監督の下、楽器の演奏体験を行います。
- ・初心者には様々な楽器に触れてもらう機会を作ります。
（経験者についても、これまでとは異なる楽器を経験してみたい場合は体験可能。）
- ・経験者は状況に合わせて現役部員と一緒に合奏をします。
- ・持参物は特にありません。