

| 部活名 | 体験内容 | 持ち物 | 実施時間・場所・ (予約募集人数) | 備考 |
|-------------|--|---|---|-----------------------------|
| 剣道部 | 切り返し・基本技・応用技・地稽古を実施します。 | 剣道具一式、面マスク、フェイスシールド | ①13:30～14:20 ②14:40～15:30 剣道場(各10名) | 文化・スポーツ推薦 実施 更衣必要 |
| 演劇部 | 1日晴海演劇部員を体験してみませんか?短時間で劇づくりをするため、役者・音響・照明をやってくれる中学生を募集します。どんな劇になるかは当日のお楽しみ。 | 運動ができる服装(着替え)、タオル、水分、筆記用具 | ①13:30～14:20 ②14:40～15:30 講堂(各10名) | 更衣必要 |
| 生物部 | 晴海総合高等学校の目の前にある運河「朝潮運河」に生息する生き物を見て、触って、計測してみましょう!うずらの飼育体験もできます。 | 手を拭くためのタオル・汚れてもよい服 | ①13:30～14:20 生物室(10名) | 更衣不要 ※動物に触れます。 (鳥、魚等) |
| 弓道部 | 立ち錬の見学、紐を使った基本の形(射法八節)の練習、立ち方、座り方、礼の仕方の練習、道具の紹介などを行います。※安全のため、実際に矢を放つことはできません。 | 飲み物、タオル、運動のできる服装 | ①13:30～14:20 弓道場(10名) | 更衣必要 |
| 女子バスケットボール部 | 基礎練習からゲーム形式での練習を実施します。 | 運動ができる服装、体育館シューズ、汗拭きタオル、水分 | ①13:30～15:00 体育館(4名) | 更衣必要 |
| 女子バレーボール部 | 基本動作(アンダー、オーバー、サーブ、スパイク)、ミニゲームを実施します。現在は1年生6名で活動し、初心者から経験者までいますので、互いに教えないながら活動しています。 | 体育館シューズ(バレーボールシューズ可)、タオル、水分、体育着(練習着)、サポーター(必要に応じて)、替えのマスク | ①13:30～15:00 体育館(12名) | 更衣必要 |
| 書道部 | パフォーマンス動画を見てもらったあとに、パフォーマンス書道を体験してもらいます。 | パフォーマンス書道の体験を実施するので、活動のしやすい服装 | ①13:30～14:20 書道室(6名) | 更衣不要 |
| 陸上競技部 | 高校の陸上競技の練習の説明、体験を実施します。来てからのお楽しみです。 | 運動靴、陸上競技に適した着替え、タオル、水分、マスク、帽子 | ①13:30～14:20 ランニングデッキ (10名) | 更衣必要 |
| 百人一首部 | 一文字決まりの早取りを実施します。希望者は部員と対戦できます。 | 特になし | ①13:30～14:20 日本文化実習室 (5名) | 更衣不要 |
| 美術工芸 | 油絵体験をしてみましょう!新入生は油絵の仕方を学ぶために共通の静物をモチーフに描いています。一緒にやってみましょう。 | 油絵体験を実施するので、絵画制作のしやすい服装 | ①13:30～14:20 美術室(10名) | 更衣不要 |

| | | | | |
|---------|--|--|----------------------------------|--------------------------|
| ダンス部 | ウォーミングアップ（ストレッチ等）、ダンス振り入れ、みんなで踊るミニ発表会！ ※初心者・経験者問わず大歓迎 | 中学校の体育着、タオル、水筒等 髪の毛が長い方は髪を縛れるような髪ゴム | ②15:00～16:30 体育館（10名） | 更衣必要 ※開始時間が他の②と異なります。 |
| バドミントン部 | 基礎打ち・半面シングルス・ノックなどを実施します。 | 運動着、体育館履き、経験者はラケット、シューズ、水分、タオル | ②15:00～16:30 体育館（6名） | 更衣必要 ※開始時間が他の②と異なります。 |
| 女子サッカー部 | パス&コントロール、ポゼッション、ゲームを実施します。 | サッカーウエア（運動ができる服装）、サッカースパイク（運動靴）、レガース（すね当て）水分（多めに）※雨天の場合、運動靴（ランニングシューズ） | ②14:40～15:30 グラウンド半面 （12名） | 文化・スポーツ推薦実施 更衣必要 |
| 男子サッカー部 | ウォーミングアップ、4対2（3対1）、ポストシュート、ミニゲームを実施します。 | スパイクまたはトレーニングシューズ、サッカーソックス、運動のできる服装、飲み物、すね当て | ②14:40～15:30 グラウンド半面 （10名） | 更衣必要 |
| 水泳部 | 競泳の練習に参加できます。ストレッチをした後、高校生と一緒にペースを気にしながら、泳ぎます。タイムも計測しましょう。 ※100m以上または4泳法泳げる限定で体験を実施します。 | 水着、キャップ、ゴーグル、ハーフパンツ（ロングでも可）、Tシャツ、タオル、ドリンク | ④14:40～15:30 プール（16名） | 更衣必要 |

注意事項

- ケガの対応については体験者自身が加入している保険での対応になります。受付票に書かれている内容に同意していただき、十分にご理解の上ご参加ください。
- 「水分、飲み物」等が記載されていない部活でも、体験実施日が暑いことが想定されます。十分に水分補給ができるように準備してください。
- すべての部においてマスク着用です。万一に備え、替えのマスクもご準備ください。
- 『更衣必要』とある部は開始 20 分前に間に合うように、『更衣不要』とある部は開始 10 分前に間に合うように来校してください。遅れないようにお願いします。
- 必ず参加直前に、ホームページの注意事項を再確認してください。
- 体験中は、担当顧問や対応する部員の指示に従ってください。