

## 女子バレーボール部 (5月) 活動計画

|                                 |                        |
|---------------------------------|------------------------|
| 今月の目標                           |                        |
| 先月に行った練習試合から自分の課題を明確にし、練習に取り組む。 |                        |
| 各週のねらい                          |                        |
|                                 | 2, 3年生                 |
| 第1週                             | GW予定表を参照               |
| 第2週                             | ・サーブカットの技能向上           |
| 第3週                             | ・アンダーレシーブ、オーバーレシーブの見極め |
| 第4週                             | ・                      |
| 第5週                             | ・ゲーム形式での実践感覚を養う。       |

| 日  | 曜 | 行事               | 時間         | 備考              |
|----|---|------------------|------------|-----------------|
|    |   |                  |            |                 |
| 1  | 水 | GW練習計画参照         |            |                 |
| 2  | 木 |                  |            |                 |
| 3  | 金 |                  |            |                 |
| 4  | 土 |                  |            |                 |
| 5  | 日 |                  |            |                 |
| 6  | 月 |                  |            |                 |
| 7  | 火 |                  | ～18:00     |                 |
| 8  | 水 | 実力テスト            | ～18:00     |                 |
| 9  | 木 |                  | ～18:00     |                 |
| 10 | 金 |                  | ～18:00     |                 |
| 11 | 土 | 行方市麻生杯           | 7:00～      | 麻生中体育館, 南体育館    |
| 12 | 日 | OFF              |            |                 |
| 13 | 月 | 職員会議             | OFF        |                 |
| 14 | 火 | 陸上壮行会            | ～18:00     |                 |
| 15 | 水 | 県東地区陸上           | ～18:00     |                 |
| 16 | 木 | 歯科検診, PTA部活動保護者会 | ～18:00     |                 |
| 17 | 金 |                  | ～18:00     |                 |
| 18 | 土 |                  |            |                 |
| 19 | 日 |                  |            |                 |
| 20 | 月 |                  | OFF        |                 |
| 21 | 火 | 全校朝会, 職員研修       | OFF        |                 |
| 22 | 水 |                  | ～18:00     |                 |
| 23 | 木 | お弁当の日            | ～18:00     |                 |
| 24 | 金 |                  | ～18:00     |                 |
| 25 | 土 | 練習試合             | 9:00～16:00 | 北浦, 玉造との練習試合を予定 |
| 26 | 日 | OFF              |            |                 |
| 27 | 月 |                  | OFF        |                 |
| 28 | 火 | 全校朝会, 職員研修       | ～18:00     |                 |
| 29 | 水 |                  | ～18:00     |                 |
| 30 | 木 | 内科検診(2, 3年生)     | ～18:00     |                 |
| 31 | 金 |                  | ～18:00     |                 |

## 連絡事項

- ・予定は変更になることがあります。
- ・部活動だけでなく、学校生活をしっかりと送り、バレーボールに専念できる環境を作りましょう。
- ・規則正しい生活ができることが基本です。(早寝・早起き・朝ご飯)
- ・休日の集合は、10分前を目安に集合できるようにしましょう。
- ・何かありましたら、学校または顧問まで遠慮なくご連絡ください。
- ・今月完全下校時刻 18:00 ※登下校の安全には、十分気をつけましょう。(特に交通事故・不審者など)
- ・練習試合や大会の相手校や詳細については決まり次第、連絡します。

|           |      |     |                          |
|-----------|------|-----|--------------------------|
| 6月バレー部の予定 | 1日   | 神栖杯 | ※場所, 時間等に関しては決定次第伝達致します。 |
|           | 27日～ | 総体  | ※場所: 麻生中体育館, 南体育館        |