

## 男子ハンドボール部 (11月)活動計画

<b>今月の目標</b> ○ディフェンスの連携, 声出しをしっかりとできるようにする。 ○ノーマークシュートの決定率を上げる。 ○短い練習時間を有効に使えるように一人一人が考え, 判断し, 実行する。(学校生活, 自主トレ, 食事, 生活習慣)
---

各週のねらい	
	全員
前半	・ディフェンスの基本の動き(フットワーク, 牽制やブロックの仕方, ポストの守り方など)を再確認する。 ・対人形式の練習でディフェンスの連携(隣の人との声掛け, チェンジの仕方など)を確認する。
後半	・基本のシュート練習でコースやキーパーの位置を考えて打てるようにする。 ・3クロスや速攻の練習の中で確実にシュートを決められるように各自の課題(体力, 判断力等)を克服する。

日	曜	行事	時間	備考
			午後のみ	
1	木		○	
2	金		○	
3	土	友輝祭		
4	日	読売プレーオフ@岩井中体育館	6:00~18:30	北浦中と合同でバスで行きます。中用の用意。弁当持参
5	月	⑥月3の授業		
6	火	3年学力診断のためのテスト	○	
7	水	⑤2年郷土検定 ⑥薬物乱用防止教室	×	
8	木		○	
9	金		○	
10	土	県合同練習会@水海道中グラウンド	8:00~16:00	現地集合。外用の用意。弁当持参
11	日		×	
12	月	マナーアップ運動		
13	火	茨城県民の日	8:00~11:00	麻生中で練習。
14	水	朝清掃 お客様来校		
15	木		○	
16	金	お弁当の日 市音楽発表会	○	
17	土		テスト前部活停止期間	
18	日		テスト前部活停止期間	
19	月	⑥月4の授業 マナーアップ運動	テスト前部活停止期間	
20	火	期末テスト ⑥委員会 職員会議		
21	水	全校朝会 特別日課スタート	○ ~16:45	
22	木	二者, 三者面談	○13:35~15:35	
23	金	勤労感謝の日	×	
24	土	行方リーグ@麻生小体育館	7:30~14:00	現地集合。中用の用意。弁当持参。
25	日	練習試合@荃崎中体育館	8:00~16:00	現地集合。中外両方の用意。弁当持参
26	月	4時間授業 13:30完全下校		
27	火	3年三者面談 県芸術祭	○ ~16:45	
28	水	二者, 三者面談	×	
29	木	二者, 三者面談	○13:35~15:35	
30	金	二者, 三者面談	○13:35~15:35	

<b>連絡事項</b> 土, 日の練習時間は集合時刻と解散時刻です。解散時刻が変更になる場合はメール配信いたします。 予定は変更になる場合もあります。練習を休む場合は顧問か学校まで連絡をお願いします。 登下校の安全に十分に気をつけてください。自転車だけでなく, 土日の練習や車での送迎の際も必ずタスキを着用しましょう。 朝夕の寒さが厳しくなってきました。防寒着等を活用して, 体調管理ができるようにしてください。 今後の予定 行方リーグ(12月8日, 12月22日, 1月12日)→変更になる場合もあります。読売大会12月26, 27, 29, 30日 11月の完全下校時刻 17:00 11月21日~16:45
--