

## 軟式野球部 12月活動計画

<b>今月の目標 球際に強くなれ!</b>
心技体のレベルアップ ○目的をもったキャッチボール ○走力,体幹のレベルアップ ○ボランティア活動。給食完食。体重を増やす。 ○判断することも技術 日常生活から『個』の確立を!日常生活から,自分を鍛え,磨く努力をする。

<b>各週のねらい</b>	
第1週	○トスバッティングやティーバッティングの実践で,2000スイング以上。
第2週	○腕立て伏せや胸付きダッシュを毎日継続することで体力アップ。
第3週	○ピッチャー3人の投げ込みを計画的に行う。
第4週	

日	曜	行事	練習	時間	備考
1	日		×		
2	月		×		
3	火		○	~16:30	
4	水	2学年職場体験学習	○	~16:30	
5	木	2学年職場体験学習	○	~16:30	
6	金		○	~16:30	
7	土		×		フレッシュイースタンリーグ(1年生)
8	日		○	8:30~12:00	学校練習
9	月		×		
10	火		○	~16:30	
11	水		○	~16:30	
12	木	人権集会	○	~16:30	
13	金	授業参観・教育講演会	×		
14	土		○	8:30~12:00	学校練習
15	日		×		
16	月	校内持久走大会	×		
17	火		○	~16:30	
18	水		○	~16:30	
19	木		○	~16:30	
20	金		○	~16:30	
21	土		○	8:30~12:00	学校練習
22	日		×		
23	月		×		
24	火	第2学期終業式	×		
25	水		○	8:30~12:00	
26	木		○	8:30~12:00	
27	金	閉庁日	×		
28	土	閉庁日	×		
29	日		×		
30	月		×		
31	火		×		

**連絡事項**

今月完全下校時刻 16:30
----------------