

軟式野球部 2月活動計画

<p>今月の目標 球際に強くなれ！</p> <p>心技体のレベルアップ</p> <p>○守備・打撃 練習量を増やす</p> <p>○走力,体幹のレベルアップ</p> <p>○ボランティア活動。給食完食。体重を増やす。</p> <p>○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。</p>

各週のねらい

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、1日100スイング以上。
	○腕立て伏せや胸つきダッシュを毎日継続することで体カアップ。
第2週	○ピッチャー3人の計画的な投げ込み。
第3週	○実践的な練習を行い、「考える」野球を。
第4週	

日	曜	行事	練習	時間	備考
1	土		○	12:20~16:30	野球教室（日本製鉄野球場）詳細は別紙
2	日		×		
3	月		×		
4	火	避難訓練	○	~17:00	
5	水	全校朝会	○	~17:00	
6	木		○	~17:00	
7	金	校内研修	×		
8	土		×		
9	日		○	7:30~13:00	合同練習（詳細は別紙）
10	月		×		
11	火	建国記念の日	学校練習	8:30~12:00	
12	水		○	~17:00	
13	木		○	~17:00	
14	金		○	~17:00	
15	土		学校練習	8:30~12:00	
16	日		×		
17	月		×		
18	火	生徒朝会	○	~17:00	
19	水		○	~17:00	
20	木	生徒会役員選挙	○	~17:00	
21	金		○	~17:00	
22	土		学校練習	8:30~12:00	
23	日		×		テスト前部活動停止期間
24	月		×		テスト前部活動停止期間
25	火	全校朝会	×		テスト前部活動停止期間
26	水	学年末テスト	×		テスト前部活動停止期間
27	木	学年末テスト	○	~17:00	
28	金	委員会活動	○	~17:00	
29	土		学校練習	8:30~12:00	

連絡事項

2月1日野球教室
今月完全下校時刻 17:00