

勝田第三中学校 各部活動予定一覧

令和5年11月



- | | |
|-----------|----------|
| 1. 陸上 | 7. 男子バレー |
| 2. 野球 | 8. 女子バレー |
| 3. サッカー | 9. 男女テニス |
| 4. 男子バスケ | 10. 男女卓球 |
| 5. 女子バスケ | 11. 吹奏楽 |
| 6. ソフトボール | 12. 美術 |

陸上部 11月 予定表

冬の練習スタートです。日々の練習をがんばりましょう。

◎朝練…なし 放課後…時間を大切に 休日…体のケアを行おう

◎ケガ防止のため、体操やストレッチを入念に行おう。継続は力なり。

◎冬の練習が間もなく始まります。長い距離を走る練習をがんばろう。

◎放課後の練習時間が短くなります。短い時間で集中して取り組みましょう。

★大会予告

月日	曜日	行事予定	部活	部活予定	月日	曜日	行事予定	部活	部活予定
1	水	職場体験	○		17	金	三者面談④	○	
2	木	職場体験	OFF		18	土		○	8:00~
3	金	文化の日	○	8:00~	19	日		OFF	
4	土		○	8:00~	20	月	三者面談⑤	OFF	
5	日		OFF		21	火		OFF	
6	月	委員会	OFF		22	水		OFF	
7	火		OFF		23	木	勤労感謝の日	○	8:00~
8	水	中間テスト	○		24	金		OFF	
9	木	県駅伝	OFF		25	土	体育祭	OFF	
10	金	生徒集会	○		26	日		OFF	
11	土	前渡ふるさと祭準備	○	8:00~	27	月	振替休業日	○	8:00~
12	日	前渡ふるさと祭	OFF		28	火	学校公開日	○	
13	月	県民の日	OFF		29	水		○	
14	火	三者面談①	○		30	木		OFF	
15	水	三者面談②	○		三者面談期間中の日程 短縮5時間授業 部活14:15~15:45 完全下校16:00				
16	木	三者面談③	OFF						

★ 持ち物を各自しっかり準備して、練習に取り組もう！

(タオル・ランニングシューズ・スパイク・水筒・ぼうし・着替えなど)

★ 遅刻・欠席をする場合には、アプリか顧問携帯(090-8011-6294)までご連絡ください。

完全下校 17:00

⑩ 勝田三中野球部 練習予定表(11月)

★今月の目標

【生活面】

- ・元気よくさわやかにあいさつをしよう！（野球関係者、審判、保護者、先生等）
- ・職場体験学習、体育祭等の学校行事に意欲的に取り組もう！

【部活動面】

- ・東海近郊野球大会で優勝しよう！
- ・三浜駅伝大会へ向けた長距離走トレーニングで、体力をつけよう！



月	日	曜	学校の予定	野球部の予定	場所・集合・赤は送迎
11	1	水	2年職場体験学習	放課後練習（1年生のみ）	
	2	木	2年職場体験学習	部活動なし	
	3	金	文化の日	午前練習 8:00~12:00	勝田三中G 8:00集合
	4	土		練習試合（河原子中）	河原子中G 7:30集合
	5	日		練習なし	
	6	月	委員会活動	部活動なし	
	7	火		放課後練習	
	8	水		放課後練習	
	9	木	県駅伝大会	部活動なし	
	10	金		放課後練習	
	11	土	ふるさとまつり準備	東海近郊球野球大会（明峰中）	阿漕ヶ浦公園A 6:50
	12	日	ふるさとまつり	東海近郊球野球大会	阿漕ヶ浦公園B 6:50
	13	月	県民の日	部活動なし	
	14	火	三者面談	放課後練習	
	15	水	三者面談	放課後練習	
	16	木	三者面談	部活動なし	
	17	金	三者面談	放課後練習	
	18	土		東海近郊球野球大会	阿漕ヶ浦公園B 6:50
	19	日		練習なし	
	20	月	三者面談	部活動なし	
	21	火		部活動なし（体育祭練習）	
	22	水		部活動なし（体育祭練習）	
	23	木	勤労感謝の日	午前練習 8:00~12:00	勝田三中G 8:00集合
	24	金		部活動なし（体育祭練習）	
	25	土	体育祭	部活動なし	
	26	日	体育祭予備日	午前練習 8:00~12:00	勝田三中G 8:00集合
	27	月	振替休日	練習なし	
	28	火	6年生体験日	放課後練習	試合用ユニフォーム
	29	水		放課後練習	
	30	木		部活動なし	

【その他・連絡】

- ・練習時間は、15:55~16:45（50分間）です。
- ・放課後練習は、ジャージ&帽子&スパイクで行います。
- ・12月3日（日）三浜駅伝大会（那珂湊・平磯・大洗）に出場します。



11月 サッカー一部予定表

ひたちなか市立勝田第三中学校サッカー一部

◎リーグ戦開幕

10月はなかなか練習試合ができない状況だった。そんな中でのチーム作り。モチベーションを保ち、試合に臨みたい。11月からリーグ戦が開幕する。三中は3部リーグ所属。結果によっては、春リーグで2部に昇格する。総体を考えると上位リーグで試合を重ねたいところ。放課後の練習時間がかなり短くなる。準備・片付け、切り替えを早くして少しでもサッカーをしている時間を確保したい。限られた時間をどう使うのか。お喋りはいつでもできる。部活中はサッカーに集中まずはそこから。忘れ物は減らず・・・

日	曜日	行事予定	部活動	予定	日	曜日	行事予定	部活動	予定
1	水	職場体験	○	放課後 ※2年生生活動なし	17	金	三者面談	○	放課後
2	木	職場体験	×	OFF	18	土		●	IFAリーグ 水戸五中G
3	金	文化の日	●	OFF	19	日		●	OFF
4	土		●	IFAリーグ 東海南中G	20	月	三者面談	×	OFF
5	日		●	OFF	21	火		×	OFF
6	月	委員会	×	OFF	22	水		×	OFF
7	火		×	OFF	23	木	勤労感謝の日	●	OFF
8	水	後期中間テスト	○	放課後	24	金	人権教室(1年)	×	OFF
9	木	県駅伝	×	OFF	25	土	体育祭	×	OFF
10	金	生徒集会	○	放課後	26	日	体育祭予備日	●	OFF
11	土	前渡ふるさと祭準備	●	練習試合 小川南中G	27	月	振替休業日	●	8:30-11:30
12	日	前渡ふるさと祭	●	OFF	28	火	6年生学校公開	○	放課後
13	月	県民の日	●	8:30-11:30	29	水		○	放課後
14	火	三者面談	○	放課後	30	木		×	OFF
15	水	三者面談	○	放課後					
16	木	三者面談	×	OFF					

完全下校17:00

2023 年度

男子バスケットボール部

11月の予定

完全下校

17:00

必ず予定を確認、欠席はホーム&メンバーで

火曜日は、原則外練があります。

1年生は、午前の練習は7:20分頃、午後の練習は12:20頃に来ましょう。

目標

- チームのまとまり→① 自分たちのできることを少しでもできるようにする。できないことの確認をしてできるようにしていく。
 ② ディフェンス→1対1を基本で、足を前に出す。ファイトオーバー。リバウンドを取る。
 ③ リスタートを素早く練習 セットプレーの練習 高さを生かす練習
 ④ フィジカルを鍛える
 ⑤ 技術を持っている人は、模範となる。

- メンタル面の強化 (我慢する心、思いやる心、励ます声、諦めない心)
 ○短時間で効果を上げるために効率的な練習をするためにどうすれば良いか考える

個人目標
10月

個人で達成したい目標を必ず書く

1	水	放課後 2年生OFF	19	日	OFF
2	木	OFF	20	月	OFF
3	金	AM 文化の日	21	火	放課後
4	土	AM	22	水	放課後
5	日	OFF	23	木	AM 勤労感謝の日
6	月	OFF	24	金	放課後
7	火	OFF	25	土	OFF 体育祭予定
8	水	放課後 中間テスト	26	日	OFF
9	木	OFF	27	月	OFF 振替休業日
10	金	放課後	28	火	放課後
11	土	OFF	29	水	放課後
12	日	OFF ふるさと祭り	30	木	OFF
13	月	県民の日 (閉庁日につきOFF)	12月1日	金	放課後
14	火	放課後	2	土	AM
15	水	放課後	3	日	OFF
16	木	OFF	4	月	OFF
17	金	放課後	5	火	放課後
18	土	AM	6	水	放課後

女子部と要確認します。

コメント

・AM→7:30~11:00 PM→12:30~16:00の練習が基本になります。但し、熱中症予防のため時間に変更になることがあります。ご了承ください。

連絡

三者面談時 14:15~15:15までの部活動時間になります。完全下校16:00

November

2023 年
11 月

Sunday 日	Monday 月	Tuesday 火	Wednesday 水	Thursday 木	Friday 金	Saturday 土
29	30 off	31 放課後	1 ②階場体験 1年生のみ 放課後	2 ②階場体験 off	3 文化の日 off	4 佐和高校 7:45集合 11:15解散
5 off	6 委員会 off	7 中間テスト前日 off	8 後期中間テスト 放課後	9 県駅伝 off	10 放課後	11 ふるさと祭準備 8:00 ~ 10:00
12 ふるさと祭 off	13 県民の日 off	14 三者面談 放課後	15 三者面談 放課後	16 三者面談 off	17 三者面談 放課後	18 PM
19 off	20 三者面談 off	21 放課後	22 計画訪問 off	23 勤労感謝の日 off	24 会場準備 off	25 体育祭 off
26 予備日 off	27 振替休日 off	28 6年生学校公開 放課後	29 放課後	30 off	1 放課後	2

MEMO

AM 8:00~11:00

PM 12:30~15:30

放課後 16:15~16:45 (17:00 完全下校)

練習のはじめとおわりの5分間はストレッチ

ひたちなか市立勝田第三中学校ソフトボール部【11月】練習予定表

月	火	水	木	金	土	日
30	休	11 / 1	休	8:00 ~12:00 文化の日	ひたちなか市協 会長杯秋季大会 那珂湊運動公園	休
6	休	8	休	17:00 完全下校	11	休
13	休 県民の日	14	休	16:00 完全下校	18	休
20	休 三者面談	21	練習試合 田彦中来校 勤労感謝の日	17:00 完全下校	25	休
27	休 振替休業日	28	休	17:00 完全下校	2	休
		29	休	17:00 完全下校	5	休
				17:00 完全下校	6	休
				17:00 完全下校	9	休
				17:00 完全下校	10	休
				16:00 完全下校	17	休
				17:00 完全下校	18	休
				17:00 完全下校	19	休
				17:00 完全下校	24	休
				17:00 完全下校	25	休
				17:00 完全下校	26	休
				17:00 完全下校	30	休

男子バレーボール部 11月練習予定表

・「こうした方がいいな。」と思ったことは、どんどんやろう。誰かがやるのを待つのではなく、まずは自分が進んでやるのが大切です。

・練習試合の成果を飛翔杯で発揮できるように頑張りましょう。技術だけでなく、盛り上げの声を出すことや対戦相手に対する思いやりなど、基本的なことを当たり前のようにできるチームでありたいですね。

★コートでの動き方をしっかり確認しよう。

★ボールをとるときの声、指示の声、盛り上げの声を忘れずに！

★メリハリをもって行動しよう！

日	曜日	部活実施	行事	部活予定	日	曜日	部活実施	行事	部活予定
1	水	○	2年生職体 2年部活なし	放課後 1年のみ	16	木	×	三者面談3日目	OFF
2	木	×	2年生職体 2年部活なし	放課後 1年のみ	17	金	○	三者面談4日目	14:15~ 15:45
3	金	×	文化の日	OFF	18	土	○	飛翔杯上位…決勝T 敗退…通常練習	飛翔杯 午前 練習 8~11時
4	土	○	30分遅れます。すみません！	13:30~16:30	19	日	×		OFF
5	日	○	練習試合 会場水戸四中	午前中	20	月	×	三者面談5日目	OFF
6	月	×		OFF	21	火	×		OFF
7	火	×	テスト前日のためOFF	OFF	22	水	×		OFF
8	水	○	後期中間テスト	放課後	23	木	○	勤労感謝の日	9:00~11:00
9	木	×		OFF	24	金	×		OFF
10	金	○		放課後	25	土	×	体育祭	OFF
11	土	○	飛翔杯 1日目	午前中	26	日	×		OFF
12	日	×		OFF	27	月	○	振替休業日	13:00~16:00
13	月	×	県民の日	OFF	28	火	○		放課後
14	火	○	三者面談1日目	14:15~ 15:45	29	水	○		放課後
15	水	○	三者面談2日目	14:15~ 15:45	30	木	×		OFF

完全下校時刻・・・17:00

11月 女子バレーボール部 予定表

ひたちなか市立勝田第三中学校 女子バレーボール部

☆ 応援されるチームになろう ☆

～大事にしてほしい五箇条～

- ①元気なあいさつ・返事をするべし。
- ②時間を大切にすべし。『 Time is money 』
(開始時刻, 下校時刻など…)
- ③学校生活を大事にするべし。学校生活>部活動です。
(授業態度, 提出物など…)
- ④周りを見て行動すべし。
(率先して手伝う, 身の回りの整理整頓など…)
- ⑤感謝の心を大切にすべし。
(保護者の方, 友達, 環境など…)

朝・晩の冷え込みが激しく、一気に肌寒くなる季節となりましたね。日が落ちるのも早く、完全下校時刻も早まっています。

限られた時間の中での練習ですので、いつも以上に行動を素早く、有効に時間を使っていきましょう！この時期は、基礎体力や基本的な動きを身につけて、来年度の総体に向けて、良い動きができるよう、頑張っていきましょう(^0^)/☆

日	曜日	行事予定	部活動	予定	日	曜日	行事予定	部活動	予定
11月1日	水	2年生職場体験学習 1年生のみ実施	○		11月17日	金	三者面談期間	○	14:15~15:45 完全下校16:00
11月2日	木	2年生職場体験学習	×		11月18日	土	飛翔杯 上位1チーム決勝ト ナメントへ 負けた場合は午後練習予定	○	詳細は後日
11月3日	金	文化の日	A		11月19日	日		×	
11月4日	土		◎	隆山中 詳細後日	11月20日	月	三者面談期間 体育祭練習期間	×	
11月5日	日		×		11月21日	火	体育祭練習期間	×	
11月6日	月	テスト2日前	×	がんばれ!!!	11月22日	水	体育祭予行練習	×	
11月7日	火	テスト前日	×	最後まで!!!	11月23日	木	勤労感謝の日	P	
11月8日	水	中間テスト	○		11月24日	金	体育祭練習期間	×	
11月9日	木	県駅伝	×	石井不在	11月25日	土	体育祭	×	12月の練習予定表に関しては 少々お待ち下さい。
11月10日	金	生徒集会・役員任命式	○		11月26日	日		×	
11月11日	土	飛翔杯	○	詳細は後日	11月27日	月	体育祭振替休業日	A	
11月12日	日	ふるさと祭り お手伝い	×		11月28日	火		○	
11月13日	月	県民の日	×	閉庁日	11月29日	水		○	
11月14日	火	三者面談期間	○	14:15~15:45 完全下校16:00	11月30日	木		×	
11月15日	水	三者面談期間	○	14:15~15:45 完全下校16:00	12月1日	金		○	
11月16日	木	三者面談期間	×		12月2日	土		○	

11月 … 17:00 完全下校

練習試合などで予定が変更する場合があります。その際、メールにて連絡させていただきます。
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

- ※ 練習あり：○ 練習なし：×
- ※ 午前練：A (8:00~11:00) 午後練：P (13:00~16:00) 大会☆練習試合◎
- ※ 市外の学校での練習会、練習試合につきましては、保護者送迎のご協力をお願いいたします。

11 月 ソフトテニス部 予定表

ひたちなか市立勝田第三中学校 ソフトテニス部

◎みんなが気持ちよく活動できるチームにしよう!

①「感謝」する心

部員、親、先生…みんなの支えがあって部活動ができます。練習できることや試合ができることに感謝の心をもって活動しよう。

②「謙虚」な心

ソフトテニスでは一人ではできません。自分を過信せず、ペアや仲間に対して謙虚な心で接しよう。

③「思いやり」の心

どうしたらみんなが気持ちよく活動できるかを常に考えて活動チームのために、みんなのために行動しよう。

技術目標 基本の徹底

☆安定したストロークを打つ

→肩を入れる、踏み込む、肩甲骨の入れ替え、ボールを線でとらえる、ボールは下から上に

☆フットワーク

→スプリットステップの徹底、全ての練習で足を動かす

☆サーブ、レシーブの徹底

→ダブルフォルトをしない、攻めのレシーブ、基本はクロス&ストレートに打つ技術も

☆自主練→素振り、動画視聴

日	曜日	行事予定	部活動	予定	日	曜日	行事予定	部活動	予定
10月28日	土		※	第15回ルーセントカップ大会 @水戸総合運動公園テニスコート 事前エントリーした人のみ参加 その他off	11月15日	水	三者面談② 短縮5時間授業	○	※部活動 14:30~16:00 完全下校 16:15
10月29日	日		×		11月16日	木	三者面談③ 短縮5時間授業	×	
10月30日	月		×		11月17日	金	三者面談④ 短縮5時間授業	○	※部活動 14:30~16:00 完全下校 16:15
10月31日	火		○		11月18日	土		A	
11月1日	水	2年 職場体験学習	○	1年生のみ 2年生部活なし	11月19日	日		×	
11月2日	木	2年 職場体験学習	×		11月20日	月	三者面談④ 短縮5時間授業	×	
11月3日	金	文化の日	A		11月21日	火		○	
11月4日	土		A		11月22日	水		○	
11月5日	日		×		11月23日	木	勤労感謝の日	×	
11月6日	月	委員会⑨	×		11月24日	金	1年 人権教室	○	
11月7日	火		×		11月25日	土		A	
11月8日	水	後期中間テスト	○		11月26日	日		×	
11月9日	木	県駅伝	×		11月27日	月	職員会議	×	
11月10日	金	生徒集会 役員任命	○		11月28日	火		○	
11月11日	土	ふるさとまつり準備	A		11月29日	水		○	
11月12日	日	前夜ふるさとまつり	×		11月30日	木	学校公開(小学校6 年生対象)	×	
11月13日	月	県民の日	A		12月1日	金		○	
11月14日	火	三者面談① 短縮5時間授業	○	※部活動 14:30~16:00 完全下校 16:15	12月2日	土		A	

10月 … 17:00 完全下校

練習試合や天候により予定が変更する場合はメールで連絡します。連絡が無い場合は、予定表通りです。
 ※練習あり：○ 練習なし：× 午前練：A (8:30~12:00) 午後練：P (13:00~16:00) 大会：☆ 練習試合：◎
 ※市外の学校での練習会、練習試合につきましては、保護者送迎のご協力をお願い致します。
 ※練習試合は原則祝日、休日に行います。



勝田三中 男女卓球部 予定表

- *お互いに声をかけ合い、『元気なあいさつ』をして、礼儀を大切にしよう。
- *『開始時刻・下校時刻』を守り、部活動の時間を大切にしよう。
- *『カギ・用具』の管理や『部室』の整理整頓をきちんと行い、学校の物を大切にしよう。
- *練習後の『武道場のモップがけや後片付け』をしっかりと行い、活動の場を大切にしよう。



11 月部活動カレンダー

※ AM練習…8:00~11:00 PM練習…13:00~16:00

日	曜	行事予定	部活予定
1	水	職場体験学習(2年) 福祉体験(1年)	放課後練習(1年のみ)
2	木	職場体験学習(2年)	off
3	金	文化の日	AM練習
4	土		off
5	日		off
6	月	委員会	off
7	火		off
8	水	後期中間テスト	放課後練習
9	木		off
10	金	生徒集会	放課後練習
11	土	前渡ふるさと祭準備	男子、2年女子:off 1年女子:U-13県大会
12	日	前渡ふるさと祭	ひたちなか市連盟杯「団体戦」
13	月	県民の日	off
14	火	三者面談①	放課後練習
15	水	三者面談②	放課後練習

日	曜	行事予定	部活予定
16	木	三者面談③	off
17	金	三者面談④	放課後練習
18	土		練習試合(対大島中) 本校会場
19	日		off
20	月	三者面談⑤	off
21	火		off
22	水	体育祭予行	off
23	木	勤労感謝の日	東京選手権(該当者のみ) off
24	金	体育祭準備	off
25	土	体育祭	off
26	日	予備日①	off
27	月	振替休業日 予備日②	off
28	火		放課後練習
29	水		放課後練習
30	木		off

◆諸連絡◆

今月はU-13県大会(女子)、ひたちなか市連盟杯「団体戦」が予定されています。

練習試合が入る場合があります。

◆完全下校時刻◆

17:00

令和5年11月練習予定表

勝田第三中学校吹奏楽部

日	曜	練習時間	学校行事	アンコン	練習回数	練習予定	備考
11月1日	水	～16:45	2年生職場体験	17		基礎・ふるさとまつり・アンコン	
2	木	休み	2年生職場体験	16			
3	金	8:30～11:30		15		基礎・ふるさとまつり・アンコン	文化の日
4	土	ひたちなか市産業祭		14			詳細は後日
5	日	休み		13			
6	月	休み		12			
7	火	休み		11		基礎・ふるさとまつり・アンコン	
8	水	～16:45	後期中間テスト	10		基礎・ふるさとまつり・アンコン	
9	木	休み		9			
10	金	～16:45		8		基礎・ふるさとまつり・アンコン	
11	土	8:30～11:30		7		基礎・ふるさとまつり・アンコン	
12	日	8:00～11:00	ふるさとまつり	6		8:30開会式 10:00演奏	
13	月	休み		5			県民の日
14	火	～16:45	三者面談①	4		基礎・アンコン	
15	水	～16:45	三者面談②	3		基礎・アンコン	
16	木	～16:45	三者面談③	2		基礎・アンコン	
17	金	～16:45	三者面談④	1		基礎・アンコン	
18	土	アンサンブルコンテスト		☆			詳細は後日
19	日	休み					
20	月	休み	三者面談⑤・体育祭練習期間				
21	火	休み	体育祭練習期間				
22	水	休み	体育祭練習期間(予行練習)				
23	木	休み					勤労感謝の日
24	金	休み	体育祭練習期間				
25	土	休み	体育祭				
26	日	休み	体育祭予備日①				
27	月	休み	予備日②				25日実施の場合は振替休業日
28	火	～16:45				基礎・自由曲	
29	水	～16:45				基礎・自由曲	
30	木	休み					

11月・12月・1月は17:00完全下校なので、16:45までの練習となります。

11月 勝田三中美術部活動予定

日	曜日	行事予定	部活動	予定
1	水	職場体験学習2年	×	
2	木	職場体験学習2年	×	
3	金	文化の日	×	
4	土		×	
5	日		×	
6	月	テスト前	×	
7	火	テスト前	×	
8	水	中間テスト	○	
9	木		×	
10	金		○	
11	土	ふるさと祭準備	○	13:00~16:00
12	日	ふるさと祭	○	8:15~15:15
13	月	県民の日	×	
14	火		○	
15	水		○	
16	木		×	

日	曜日	行事予定	部活動	予定
17	金		○	
18	土		×	
19	日		×	
20	月		×	
21	火		×	
22	水	体育祭予行練習	×	
23	木	勤労感謝の日	×	
24	金	体育祭会場準備⑤⑥	×	
25	土	体育祭	×	
26	日		×	
27	月	振替休業日	×	
28	火		○	
29	水		○	
30	木		×	
31				

完全下校17:00