

2022年

2月 男子バレーボール部練習計画

佐野中学校男子バレーボール部

| 今月の目標 | | スパイク・サーブの精度を上げる。 | | | |
|-------|---|------------------|-------|------|---------|
| | | 時間 | 場所 | 内容 | 備考 |
| 2/1 | 火 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/2 | 水 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/3 | 木 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/4 | 金 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/5 | 土 | 8:00~12:00 | 本校体育館 | 総合練習 | |
| 2/6 | 日 | | | オフ | |
| 2/7 | 月 | | | オフ | |
| 2/8 | 火 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/9 | 水 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/10 | 木 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/11 | 金 | 12:30~16:30 | 本校体育館 | 基礎練習 | 建国記念の日 |
| 2/12 | 土 | | | オフ | |
| 2/13 | 日 | | | オフ | |
| 2/14 | 月 | | | オフ | |
| 2/15 | 火 | | | オフ | 学年末テスト |
| 2/16 | 水 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | 学年末テスト |
| 2/17 | 木 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/18 | 金 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/19 | 土 | | | オフ | |
| 2/20 | 日 | 8:00~12:00 | 本校体育館 | 総合練習 | |
| 2/21 | 月 | | | | 委員会(最終) |
| 2/22 | 火 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | 授業参観 |
| 2/23 | 水 | | | オフ | 天皇誕生日 |
| 2/24 | 木 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/25 | 金 | 16:00~17:00 | 本校体育館 | 基礎練習 | |
| 2/26 | 土 | 8:00~12:00 | 本校体育館 | 総合練習 | |
| 2/27 | 日 | | | オフ | |
| 2/28 | 月 | | | オフ | |