

1月2023

令和4年度 バレーボール部女子部活動練習日程 (完全下校時刻16:40)

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。

1年の計は無旦に有り。2023年、3つの目標を立てましょう。

①生活目標 ②学習目標 ③部活動の目標 (1月5日に、③を紙に書いて持ってくる)

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4	5	6	7
休み 元旦	休み ストレッチ 筋トレなど	休み ストレッチ ランニングなど	休み (学校開庁～4日)	12:30～16:30	部活動なし 午前中3時間授業	練習試合(水戸二中) 電車で行きます。
8	9	10	11	12	13	14
練習試合(東海南中) 7:50現地集合 13:00解散	休み 成人の日	～16:40	～16:40	～16:30 学力診断のためのテスト	部活動なし 学力診断のためのテスト	練習試合(田彦中) 7:20集合 17:00解散
15	16	17	18	19	20	21
休み	部活動なし 委員会	～16:40	～16:40	～16:40	部活動なし	リーグ戦(第1部) (明峰中) 7:50現地集合 17:00解散
22	23	24	25	26	27	28
休み	部活動なし	～16:40	～16:40	～16:40	～16:40(中) 新入生説明会のため 部活動あり	12:30～16:30
29	30	31				
休み	部活動なし	～16:40	休み 創立記念日	～16:40	部活動なし	8:30～12:30 男子と合同
休み	部活動なし	メモ 2/15～17 スキー宿泊学習(1年) 2/21、22 学年末テスト	<ul style="list-style-type: none"> ○年末年始、家の手伝いや課題、そして運動も積極的に取り組みましょう。 ○練習や練習試合の後は、反省をして、次につなげましょう。 ○3か月後どうなりたいかイメージして練習しよう。今の練習の成果が表れるのは3か月後。 ○土日の練習は、練習試合等で予定が変更になる場合があります。 ○体温と欠席連絡は、C4thホーム&スクールが利用できます。 			