

# 2月 男子卓球部 練習計画表

日	曜日	学校内における練習時間 練習時間 ( ~ ) ・ 場所	学校行事など
※記入例			
1	水	8:30~12:00	創立記念日
2	木	~16:40	
3	金	OFF	
4	土	8:30~12:00	
5	日	OFF	
6	月	OFF	委員会活動
7	火	~16:40	
8	水	~16:40	
9	木	~16:40	
10	金	OFF	授業参観・懇談会
11	土	8:30~12:00	建国記念日
12	日	OFF	
13	月	OFF	
14	火	~16:40	
15	水	~16:40	1年生スキー宿泊学習
16	木	~16:40	1年生スキー宿泊学習
17	金	OFF	1年生スキー宿泊学習
18	土	OFF	テスト3日前
19	日	OFF	
20	月	OFF	
21	火	~16:40	学年末テスト
22	水	~16:40	学年末テスト
23	木	OFF	天皇誕生日
24	金	OFF	
25	土	8:30~12:00	
26	日	OFF	
27	月	OFF	
28	火	~16:40	

## 【備考欄】

基本的に金曜日はOFFになります。  
基礎練習を大事にしながら、練習に取り組みましょう。  
卓球の動画を見て、卓球の勉強もできると技術の向上につながります。