

# 女子バレーボール部 活動予定

7・8月 (7月28日現在)

月 日	曜	7年	放	活動時間 (活動時間には、準備や片付け、休憩も含みます)	活動場所	その他
7月28日	火	○	○	ミーティング(17:10～)	8-1 教室	9年生への感謝の気持ちを忘れずに
7月29日	水	○	○	～18:05(～18:35)	豊里中体育館(男)	
7月30日	木	○	○	～18:05(～18:35)	豊里中体育館(女)	
7月31日	金	×	×	なし		
8月1日	土			練習 14:00～17:00	豊里中体育館	
8月2日	日			なし		
8月3日	月			練習 14:00～17:00	豊里中体育館	
8月4日	火			練習 14:00～17:00	豊里中体育館	
8月5日	水			練習 8:00～11:00	豊里中体育館	
8月6日	木			なし		横山 出張
8月7日	金			練習 14:00～17:00	豊里中体育館	(午前)学園合同研修会
8月8日	土			なし		
8月9日	日			なし		
8月10日	月			なし		
8月11日	火			なし		閉庁日
8月12日	水			なし		閉庁日
8月13日	木			なし		閉庁日
8月14日	金			なし		閉庁日
8月15日	土			なし		閉庁日
8月16日	日			なし		閉庁日
8月17日	月			なし		
8月18日	火			練習 8:00～11:00	豊里中体育館	
8月19日	水			練習 14:00～17:00	豊里中体育館	宿題チェック 12:30～(図書室)
8月20日	木			練習 8:00～11:00	豊里中体育館	
8月21日	金			なし		
8月22日	土			なし		
8月23日	日			なし		夏季休業日 最終日
8月24日	月	×	×	なし		通常授業スタート
8月25日	火	○	○	～18:05(～18:35)	豊里中体育館(男)	
8月26日	水	○	○	～18:05(～18:35)	豊里中体育館(女)	
8月27日	木	○	○	～18:05(～18:35)	豊里中体育館(男)	
8月28日	金	○	○	～18:05(～18:35)	豊里中体育館(女)	
8月29日	土			奉仕作業 7:00～9:00 練習 14:00～17:00	豊里中体育館	一度、帰宅してから
8月30日	日			なし		テスト3日前
8月31日	月			なし		テスト2日前

(学校) 029 847 2307

〈約束〉無断欠席はしないでください。→必ず学校か顧問に連絡して下さい。(前日に直接伝えてもらっても構いません。  
・自主練は希望者のみの参加になりますが、参加を顧問に申し出た部員で、急きょ欠席の場合は、連絡して下さい。  
⇒休養も大切です。体調不良や家事都合等は、無理せず欠席して下さい。(やる気と実力はコートで判断します。)  
・上記の予定が変更となり練習試合が入ったり、休みになったりすることがあります。  
→変更の場合となる場合は、事前に連絡します。

〈チームとして心がけたいこと〉個人としても、学年としてもどんなチームにしたいのか考え、取り組みましょう。  
・やるからにはオンとオフの切りかえはしっかりしよう！先輩、後輩、チーム、自分を大切にしよう。お互いを理解する努力をし、  
・明るい「あいさつ・笑顔」を心がけよう！  
⇒マナーが素晴らしい、たくさんの人に応援されるチーム、プレイヤーになってもらいたいです。  
・一生懸命なプレーには、前向きな声がけをしよう。お互い励まし合い、強くなろう！

〈夏休みの練習〉

○暑さが予想されます。水筒やタオル、保冷材なども多めに用意し、熱中症予防に努める。体調が悪い時は無理をせずに、休むこと。

※睡眠と食事は十分にとること！健康管理も練習の一部と捉えてください。

○限られた日数、時間しか練習は行えません。自分が掲げた目標を忘れずに、みんなで努力してください。