

大洋中バレーボール部練習計画 6月 17:40完全下校

チームテーマ： 敢為邁往 県東地区ベスト8

- 目標：1年生 ・基本の動作(オーバー、アンダー)フォームを身に付ける。
 2年生 ・サーブを連続で5本入れる。
 ・試合を通してポジション(前衛・後衛)と役割(動き)を覚える。
 3年生 ・チャンスボールを得点につなぐ。次のプレーをイメージする。
 ・攻めのサーブ、スパイク、カットをする。

	日	曜	場所	活動内容	学校行事 等
6	1	木	大洋中	練習	
	2	金	大洋中	練習	
	3	土	大洋中	練習	
	4	日	OFF	OFF	
	5	月	OFF	OFF	
	6	火	大洋中	練習	
	7	水	大洋中	練習	
	8	木	大洋中	練習	
	9	金	OFF	OFF	
	10	土	体育祭		
	11	日	OFF	練習	
	12	月	OFF	OFF	幼小中合同引き渡し訓練
	13	火	大洋中	練習)	振替休業日
	14	水	大洋中	練習	
	15	木	大洋中	練習	
	16	金	大洋中	練習	
	17	土	鹿島中	練習試合	
	18	日	OFF	OFF	
	19	月	OFF	OFF	
	20	火	OFF	OFF	
	21	水	OFF	OFF	期末テスト(音・体、英、国、数)
	22	木	大洋中	練習	期末テスト(技・家、社、理)
	23	金	大洋中	練習	
	24	土	大洋中	練習	
	25	日	OFF	OFF	
	26	月	OFF	OFF	
	27	火	大洋中	練習	
	28	水	大洋中	練習	
	29	木	OFF	OFF	授業参観
	30	金	大洋中	練習	
来月の予定			7月5、6、7日 県東地区総合体育大会 カシマススポーツセンター(5、6日)、玉造中学校(8日)		

☆現段階での予定となります。変更等が出るとはありますが、その都度連絡いたします。
 試合等が入った際には、送迎などご協力の程よろしくお願いいたします。