

真岡西中学校 バレーボール部 1月 活動計画表 12/20

| 月 | 日 | 曜日 | 学校行事等 | 練習時間 | 内・外 | 内容・対戦校等 | 場所等 |
|---|----|----|--------------------|----------------|-----|---------------|---------------|
| 1 | 1 | 水 | 元日 | 休み | × | | |
| | 2 | 木 | | 休み | × | | |
| | 3 | 金 | | 休み | × | | |
| | 4 | 土 | | 8:00~11:00 | ○ | | 学校 |
| | 5 | 日 | | 休養日 | × | | |
| | 6 | 月 | | 8:00~11:00 | ○ | 物部中 | 学校 |
| | 7 | 火 | | 12:30~15:30 | △ | | 学校 |
| | 8 | 水 | 3学期始業式 発育測定1年男子 | 休養日 | × | | |
| | 9 | 木 | 発育測定1年女子 | ~16:45 | ○ | | |
| | 10 | 金 | 発育測定2年男子 | ~16:45 | ○ | | |
| | 11 | 土 | | 郡 協会長杯予選①(リーグ) | 大 | 別紙参照 | 茂木:並松 |
| | 12 | 日 | | 郡 協会長杯予選②(決勝) | 大 | 別紙参照 | 茂木:並松 |
| | 13 | 月 | | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 14 | 火 | 入学準備説明会 | ~16:45 | ○ | 部活動見学あり | 学校 |
| | 15 | 水 | 発育測定2年女子 生徒集会 | 休養日 | × | | |
| | 16 | 木 | 発育測定3年男子 | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 17 | 金 | 発育測定3年女子 | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 18 | 土 | | 8:00~11:00 | ○ | 阿久津中、清原中、野木二中 | 学校 |
| | 19 | 日 | | 休養日 | × | | |
| | 20 | 月 | | ~16:45 | △ | | 学校 |
| | 21 | 火 | 弁当の日 安全点検 | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 22 | 水 | 学年集会 職員会議 | 休養日 | × | | |
| | 23 | 木 | | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 24 | 金 | | ~16:45 | △ | | 学校 |
| | 25 | 土 | | 8:00~12:00 | ○ | 岩瀬西中 | 岩瀬西中 |
| | 26 | 日 | | 8:00~ | ○ | 県協会長杯 | 県北体育館or茂木町体育館 |
| | 27 | 月 | 水曜日課 | 休養日 | × | | |
| | 28 | 火 | 短縮日課 | 休養日 | × | | |
| | 29 | 水 | 火曜日課 宿泊学習(1年) | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 30 | 木 | 宿泊学習(1年) | ~16:45 | ○ | | 学校 |
| | 31 | 金 | 宿泊学習(1年) | ~16:45 | △ | | 学校 |

令和7年 スタートです。それぞれの目標を達成できるよう、全員同じ気持ちで頑張りましょう。

協会長杯、県大会出場5チームの予定。大きなチャンスです！

自分に厳しく、緊張感をもって練習や練習試合に取り組みましょう。そして、県出場をつかみ取ろう！（県大会は1/26、2/1・2）

きちんとした生活もできるように。挨拶、返事、感謝の気持ち、素直な心、整理整頓 忘れずに！！

短い時間の中で、一人一人が高い意識をもって練習に取り組むこと。

今後の大会 2/1(土):協会長杯県大会

2/8(土):1年生大会芳賀地区予選(予定) 2/15(土):益子町バレーボール大会(予定)