

# 吉岡中 バレーボール部練習予定表

2020 年 2 月

2020/2/1

日	月	火	水	木	金	土
26 OFF	27 ○ ○	28 全校朝会 × ○	29 ○ ○	30 ○ ×	31 × ○	1 練習試合 AM
2 OFF	3 × × 1年職場体験	4 1年職場体験 2年冬季体験学習	5 1年職場体験 2年冬季体験学習	6 1年職場体験 2年冬季体験学習	7 × ○ 1年職場体験	8 AM
9 県北交流会 一日	10 × ○	11 県北交流会 or OFF	12 ○ ○	13 ○ ×	14 ○ ○	15 (第2回資源回収) AM
16 OFF	17 ○ ○	18 ○ ○	19 ○ ×	20 テスト前部活動 中止期間	21 × ×	22 OFF
23 OFF	24 OFF	25 後期期末テスト × ×	26 後期期末テスト × ×	27 後期期末テスト × ×	28 ○ ○	29 AM

新入戦以降、自分たちで点を取るためスパイク練習に取り組んできました。最初のころは、なかなかうまくいかず、気持ちの焦りからか雰囲気がよくない時期もありましたが、最近は何とかしてできるようになりたいという姿勢で練習に取り組む人が見られるようになりました。そのせいか、いいスパイクが打てるようになってきたように思います。しかし、練習試合では、スパイクに行く前の、サーブカットに大きな課題があることがわかりました。スパイクとともに、サーブカットしたボールがいいトスにつながるように、基礎基本にこだわって練習に励みましょう。

さて、2月末には後期期末テストがあります。提出物を期日までに提出できるように、計画的に学習に取り組みましょう。

## ☆大会予定

2月9日 県北交流会兼埼玉県バレーボール協会長杯北部地区1次予選会  
【集合】 7:30 吉岡中 【会場】 吉岡中学校

## ★練習試合

2月1日(土) 会場: 吉岡中 集合: 7:30 1面

## ☆活動について

- ・体調不良等により休む場合は、必ず顧問小島 or 松崎と部長に連絡をして下さい。
- ・休日の部活動では、ポカリスエット等の粉末を持ってくることを許可します。
- ・朝食、6時間以上の睡眠をきちんととり、体調を崩さないように気をつけましょう。