

# 吉岡中 バレーボール部練習予定表

2022 年 1 月

2022 1 1

日	月	火	水	木	金	土
26 AM	27 OFF	28 AM ワックスがけ	29 OFF	30 OFF	31 OFF	1 元旦 OFF
2 OFF	3 OFF	4 AM	5 AM	6 AM	7 AM	8 AM
9 OFF	10 成人の日 OFF	11 全校集会 × ×	12 ○ ○	13 × ×	14 ○ ○	15 AM
16 OFF	17 ○ ○	18 生徒朝会（給食） × ○	19 ○ ○	20 × × 委員会	21 ハッピー-愛語DAY × ○	22 直実杯
23 OFF	24 ○ ×	25 学年朝会 × ○	26 ○ ○	27 × ×	28 ○ ○	29 AM
30 OFF	31 ○ ○	1 ハッピー-愛語DAY × ○	2 ○ ○	3 × ×	4 ○ ○	5 資源回収 AM

今年1年の目標を立てましょう。将来どんな人になりたいか、そうなるために必要なことはどんなことか。それを身に付けるにはどんなことをしたらよいか。思いつくままに書き出してみよう。当然、すべてを1年で達成するのは至難の業だと思うので、書き出した中から2~3つ頑張りたいことを選び、目標としましょう。そして、大切なことは、目標達成のために何をするかをできるだけ具体的に考え、実践していくことです。人としての成長が選手としての成長にもつながります。

## ★大会予定

・直実杯・・・1/22（土） 会場：熊谷商業高校 集合：8:00

○完全下校時刻 1月・・・16:45 2月・・・17:15

## ☆活動について

- ・体調不良等により休む場合は、顧問小島（保護者）と部長（生徒）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。