

○●○ 2026年6月 麻里布中学校バレーボール部練習計画表 ○●○

チーム目標：個人としてもチームとしてもベストを尽くす！

個人目標：

日	曜日	学校行事等	時間	場所	備考
1	月	部活なし	OFF		
2	火		放課後～17時	体育館ハーフ	
3	水	部活なし	OFF		
4	木		放課後～17時	体育館	
5	金		放課後～17時	体育館ハーフ	
6	土	岩国地区選手権予選	7：45集合	愛宕SC	弁当持参（詳細は別紙参照）
7	日	バレーボールまつり	7：10集合	麻里布中学校	弁当持参（詳細は別紙参照）
8	月	部活なし	OFF		
9	火		OFF		
10	水	部活なし	OFF		
11	木		放課後～17時	体育館	
12	金		放課後～17時	体育館	
13	土		OFF		
14	日		OFF		
15	月	テスト発表	<p style="text-align: center;">部活中止</p> <p style="text-align: center;">* 勉強も全力で 取り組みましょう（＾＾）</p> <p style="text-align: center;">* 提出物は期限内に必ず 提出すること！！！！！！</p>		
16	火				
17	水				
18	木				
19	金				
20	土				
21	日				
22	月	期末テスト			
23	火	期末テスト			
24	水	期末テスト、部活なし	OFF		
25	木		OFF		
26	金		放課後～17時	体育館	
27	土		OFF		※練習試合に変更の可能性あり
28	日		OFF		
29	月	部活なし			
30	火		放課後～17時	体育館	

※変更の可能性あり（特に休日の練習）変更があれば、スクリレ等で連絡します。

【今後の予定】7月22・23（水・水）山口県中学校バレーボール選手権大会（山口市・防府市）

いよいよ選手権予選を迎えます。3年生にとっては、最後の公式戦です。一球一球を全員が全力でつなぎ、そして相手のミスではなく、自分たちで点を取る。そして、みんなで全力で喜ぶ。そんな試合にしてほしいと思っています。ではそのために、自分自身、そしてチームとして何をすべきなのか？自分でよく考え、それを行動に移していくこと。これから、大切な一日一日になります。『時間を大切に』無駄な時間は省く。練習に対しての意識を変える。やらされる練習ではなく、自分からやる練習に！後悔しない毎日を送っていきましょう！

