○●○　2026年10月　麻里布中学校バレーボール部練習計画表　○●○

チーム目標：

個人目標：

日	曜日	学校行事等	時間	場所	備考
1	木		放課後ー17時	体育館	
2	金		放課後ー17時	体育館	
3	土		OFF		
4	日		OFF		
5	月		OFF		
6	火		放課後ー17時	体育館	
7	水		OFF		
8	木		放課後ー17時	体育館	
9	金		放課後ー17時	体育館ステージ	
10	土	県新人大会	OFF		
11	日	県新人大会	OFF		
12	月		OFF		
13	火		放課後ー17時	体育館	
14	水	２年職場体験	OFF		
15	木	２年職場体験/体育館使用不可	OFF		
16	金	体育館使用不可	OFF		
17	土		OFF		
18	日		OFF		
19	月	文化祭週間（体育館使用不可）	OFF		
20	火	文化祭週間（体育館使用不可）	OFF		
21	水	文化祭週間（体育館使用不可）	OFF		
22	木	文化祭週間（体育館使用不可）	OFF		
23	金	文化祭週間（体育館使用不可）	OFF		
24	土	文化祭	OFF		
25	日		OFF		
26	月	振替休日	OFF		
27	火		放課後ー17時	体育館ステージ	
28	水		OFF		
29	木		放課後ー17時	体育館	
30	金		放課後ー17時	体育館	
31	土		OFF		

※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。

新人戦が終えて、今のチームの課題は何でしょうか？自分なりに分析ができていますか？何事も「やりっぱなし」はよくありません。次への"アクション（行動）"をおこすためには、"チェック（確認・振り返り）"が必要になります。自分のこともチームのことも、課題を把握し、そして改善に向けて行動に移していきましょう。その中で、やはりチームみんなで『共有する』ことも大切です。ここでも『コミュニケーション』ですね。誰かがやるのを待つのではなく、自分から発信する。これができるようになるともっともっといいチームになれると思います。

◇◆◇

Q.チームの一員として、周囲の人によい影響を与えられる人とは…

１．考え方が（　　　　　　　）である。　２．口だけでなくよい結果を伴う（　　　　　）をしている。

３．周囲の人への（　　　　　）を忘れない。　４．物事の（　　　　　　　）を見ることができる。

◇◆◇