

2025 年

6 月 バレーボール部 女子 活動予定表

日	曜	学校行事予定等	活動予定	備考（活動場所など）
1	日		×	
2	月	⑤全集	×	
3	火	4 5 分授業⑦委員会	×	
4	水	3 年実力テスト 3 年テスト週間	外 2, 1 年のみ	
5	木	2 年林間事前指導	×	
6	金	2 年林間学習	×	
7	土	2 年林間学習	×	
8	日	2 年林間学習	×	
9	月	2 年代休	×	
10	火	2 年代休	×	
11	水	3 年期末テスト	×	
12	木	3 年期末テスト	外 2, 1 年のみ	
13	金	3 年期末テスト	×	
14	土		×	
15	日	練習試合 12:30～15:30 at武豊中 vs南陵VC		
16	月		×	
17	火	3 年修学旅行事前指導 1. 2 年テスト週間	×	
18	水	3 年修学旅行	×	
19	木	3 年修学旅行	×	
20	金	3 年修学旅行	×	
21	土		×	
22	日	練習試合 8:30～11:30 at武豊中 vs旭南中 8:00に集合、コート準備		
23	月	学校訪問	×	
24	火	1. 2 年期末テスト	中 3 年のみ	
25	水	1. 2 年期末テスト	×	
26	木	1. 2 年期末テスト	×	
27	金		外	
28	土		×	
29	日		×	
30	月		×	

< 6 月の目標 > 郡大会へ向けて

～健康第一で『常に全力』の練習を通じて『心技体』を鍛える～

心：挨拶・整理整頓を通した礼儀・感謝（2・1 年生は 3 年生のサポートを）

練習は本番のように本番は練習のように、自分がチームのためにできることを見つける

後輩が見ているという意識で練習に取り組む、南知多町民大会の反省点を忘れない

技：サーブの成功率を高め強く打つ、サーブレシーブの精度を上げてセッターがオーバーでトスアップ、

チャンスボールはカットする、ドライブで相手コートへ返す、2 年生はランパス連続50回以上

体：基礎体力の向上（二重跳び連続50回）、自主的に運動する

キャッチボールを出し、コート内でお見合いをしない

平日休養日 17 日

休日練習日 2 日

大会参加日 0 日

最終下校 17:00