

# R4 6月練習計画(予定)

真岡西中バスケットボール部

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			衣替え 外練	プール開き 中練	県大会 詳細別紙 県北体育館	→ 未定
5	6	7	8	9	10	11
県大会 未定	外練	中練	修学旅行 中練	2年宿泊 外練	中練	未定
12	13	14	15	16	17	18
休み	中練	中練	新体力テスト 休み	中練	移動音楽教室 中練	練習試合 詳細別紙 都賀中
19	20	21	22	23	24	25
休み	教育相談(~7/1) 外練	弁当の日 休み	職員会議 休み	期末テスト 休み	期末テスト 中練	山あげカップ 詳細未定
26	27	28	29	30		
山あげカップ 詳細未定	薬物乱用防止教室 外練	中練	3年実力テスト 中練	3年実力テスト 中練		

※あくまでも予定です。変更になったらその都度お知らせします。

## 連絡事項

### ①活動時間

平日の活動…18:30完全下校(練習時間が短いのでテキパキ行動すること)

休日の活動…午前練習の時 8:30~11:30

午後練習の時 12:30~15:30

### ②休日の部活動について

- ・水分補給用の飲み物を十分に用意する。途中で足りなくならないように多めに。(目安2L程度)
- ・あいさつ、荷物の置き方など当たり前のことを当たり前に行えるようにする。
- ・不要なものは持参しない。(携帯電話・お菓子など)
- ・登下校中の安全確保について、交通ルールを守る。部活動終了後は寄り道せず、まっすぐ自宅に帰ること。

### ③欠席時には必ず連絡をしましょう。(学校:84-6223)

無断欠席は厳禁です。