

1月

## ソフトテニス部 練習計画

日	曜	大会・練習時間	休養	振替	活動内容・その他	学習に関して	学校関係
1	水		○		28日からは、1月は、基本練習が中心となります。 各自で手袋、ごみ袋、タオル等を用意してください。 防寒対策を行うこと。	冬休みの課題、課外公欠時の補充等を行うこと。  提出物、服装頭髪の確認  ①授業第一 ②家庭学習の習慣化 ③模擬試験に向けた自習  ※模擬試験の日程・範囲等を確認すること。  ※英検受験者は、模擬試験の日程変更があるので注意すること。	始業式、服装頭髪検査  1, 2年全統模試          課題研究発表会  2年：進研記述模試 ↓1年：進研記述模試   面談週間～2/4   2年：進研共テ模試
2	木		○	開館8:45予定			
3	金		○				
4	土	1300-1645 小川町		+45分			
5	日	900-1245 スポセン		+45分			
6	月	1300-1645 小川町		+45分			
7	火	900-1245 小川町		+45分			
8	水		○				
9	木	1720-1815 小川町		-65分			
10	金	1630-1815 小川町		-15分			
11	土		○				
12	日	900-1245 小高体育センター		+45分			
13	月	900-1245 小川町		+45分			
14	火	1720-1815 小川町		-65分			
15	水		○				
16	木	1720-1815 小川町		-65分			
17	金	1400-1815 スポセン		+15分			
18	土		○				
19	日		○				
20	月	1630-1815 スポセン		-15分			
21	火	1720-1815 小川町		-65分			
22	水		○				
23	木	1720-1815 小川町		-65分			
24	金	1620-1815 小川町		-5分			
25	土		○				
26	日	900-1245 小川町		+45分			
27	月	1620-1815 スポセン		-5分			
28	火	1600-1850 外		+50分			
29	水		○				
30	木	1600-1850 外		+50分			
31	金	1530-1850 外		+50分			
		1月までの予定活動時間		-420分	ゲーム練中心		

※ 天候により、活動時間・場所・内容を変更する場合があります。

- ① 予約時間前に準備を行うことができるかは、その都度必ず事務所に確認すること。
- ② 外用のシューズを体育館内で使用しない。また、施設のルールに従って、シューズ・スリッパ等の履き替えをきちんと行うこと。
- ③ 各自、感染症対策を行うこと。