

男子バスケットボール部 1月の活動計画

今月の活動時間について

○平日

放課後練習 終了時刻 16時00分～16時45分【全学年】

○土日(3時間を上限として、練習試合は4時間予定)

午前(前)8:00～10:30, 10:30～13:00

○台風・天候の状況により変更の可能性もあります。

【1月の目標】

○ ディフェンス力の向上

○ シュート確率の向上

○ 準備物・体育館の施錠・出席確認をチームで責任を持って行う。

日	曜日	活動時間	内容(メニュー・練習試合等)
1	金		
2	土		
3	日		
4	月		
5	火		
6	水		
7	木		
8	金	部活休養日	
9	土	10:30～13:00	練習or練習試合
10	日	8:00～10:30	練習or練習試合
11	月	休み	
12	火		
13	水	部活休養日	
14	木		
15	金		
16	土	10:30～13:00	練習or練習試合
17	日	休み	
18	月		
19	火		
20	水	部活休養日	
21	木		
22	金		
23	土	8:00～10:30	練習or練習試合
24	日	休み	
25	月		
26	火		
27	水	部活休養日	
28	木		
29	金		
30	土	10:30～13:00	練習or練習試合
31	日	休み	