

令和5年度 山鹿中学校ハンドボール部練習計画表 【1月】男子

日	曜	時間	場所	学校行事 等	備考
1	月	休み		冬季休業日（～1/8）	
2	火	休み			
3	水	休み			
4	木	休み			
5	金	休み			
6	土	強化練習会	山鹿市会場		別途計画
7	日	休み			家庭の日
8	月	7：30～9：30	山鹿中学校グラウンド		神社へ必勝祈願（雨天時は練習のみ）
9	火	放課後	鍋田体育館	始業式 実力テスト	合同練習
10	水	放課後	鍋田体育館	実力テスト	合同練習
11	木	放課後	鍋田体育館		
12	金	放課後	山鹿中学校グラウンド		
13	土	県新人戦大会（予選リーグ）	天草会場他		別途計画
14	日	休み			
15	月	放課後	山鹿中学校グラウンド		
16	火	放課後	山鹿中学校グラウンド		
17	水	休み			
18	木	放課後	鍋田体育館		
19	金	放課後	山鹿中学校グラウンド		
20	土	県新人戦大会（決勝トーナメント）	天草会場他		別途計画
21	日	県新人戦大会（決勝トーナメント）	天草会場他		別途計画
22	月	放課後	山鹿中学校グラウンド		
23	火	放課後	山鹿中学校グラウンド		
24	水	休み			
25	木	放課後	山鹿中学校グラウンド		
26	金	放課後	山鹿中学校グラウンド		
27	土	放課後	山鹿中学校グラウンド		
28	日	休み			
29	月	放課後	山鹿中学校グラウンド		
30	火	放課後	山鹿中学校グラウンド		
31	水	休み			

※練習の場所は、山鹿中学校グラウンドになっていることが多いですが、体育館が利用できる場合には、場所を変更することがあります。
 また土曜の練習は、練習試合が組めたならば練習試合に変更になる場合があります。
 場所を変更する場合や練習試合に変更になる場合は、その都度連絡をします。

1月は県新人戦大会が開催されます。新人戦の大会結果をもとに、新年度の各大会のシードを決めることとなります。新年気持ちを新たに、「応援されるチーム」のチーム目標を全員で目指し、日々の練習や練習試合、合同練習に取り組んでいきましょう。また、学校生活もきちんと行っていきましょう。選手一人一人が成長していくために、私も監督としてできることを一生懸命やっていきます。新年も頑張っていきましょう！！

※1月は月曜日が朝掃除の担当です。1月は3回のみの実施です。忘れずに参加すること。